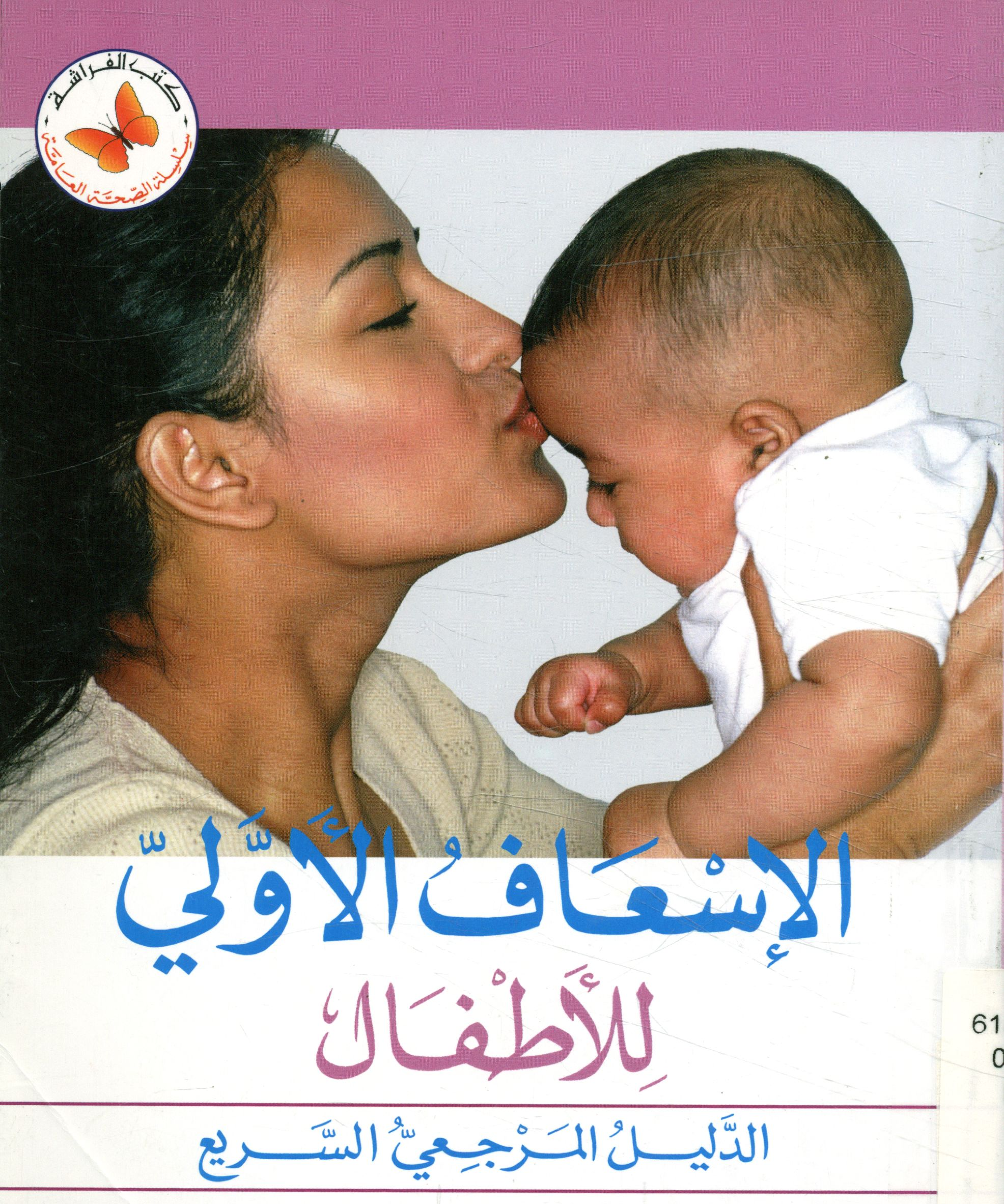
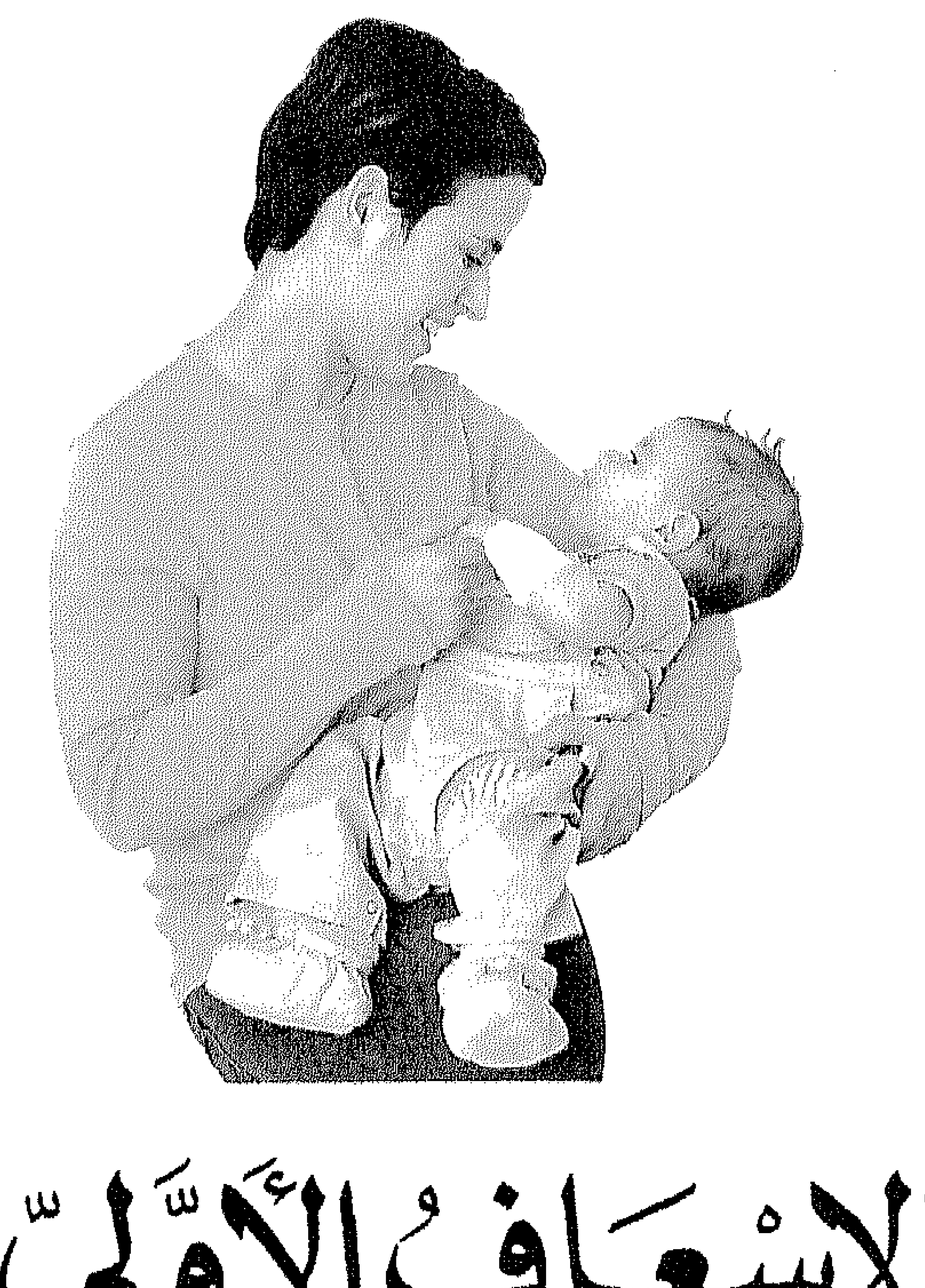


الإسعافُ الأوّليّ لِلأطفال

الدَّليلُ المرجِعيُّ السَّريع

مكتبة لبنان ناشِرون



الإسْعافُ الأوّليّ
للأطْفال

أعدّ النّصّ العربيّ

الدّكتور فارس قطّان

مكتبة لبنان ناشرون

المحتويات



DK دُورلنغ كندرسلي
مكتبة لبنان ناشرون ش.م.ل.

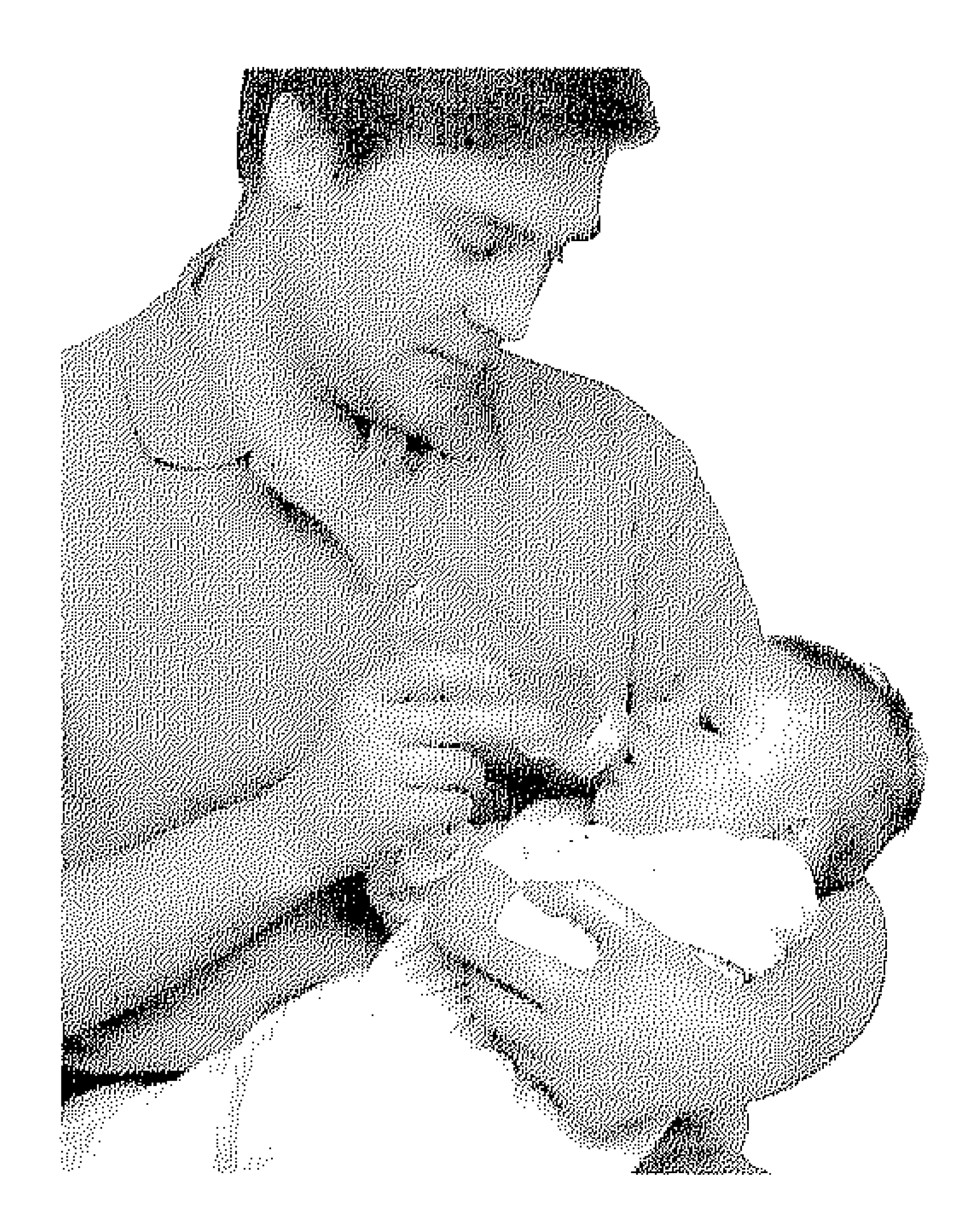
نَشر مكتبة لبنان ناشرون
بالتعاون مع شركة دورلنغ كندرسلي

مكتبة لبنان ناشرون
صُندوق البريد: 11-9232
بيروت - لبنان
وُكلاء ومُوزّعون في جميع أنحاء العالم

الطبعة الأولى: 2007
طُبع في لبنان

ISBN: 9953-86-302-4







مقدّمة

عندما يحتاج طفلك فجأةً إلى عناية طبّيّة عاجلة فإنّ من الصعب أن تظلّي هادئة وحازمة. ولكنّك لن تفيدي طفلك في شيء إذا أُصبت بالفزع. فخير طريقة للتحكّم بقلقك المتصاعد هي أن تتنفّسي بضع مرّات بشكلٍ بطيء وعميق وأن تسارعي إلى استشارة هذا الكتاب.

تنطق النصائح المقدّمة في هذا الكتاب على الأطفال، ذكورًا وإناثًا.

لقد حاولنا أن نرسم هنا خطّة عمل بسيطة تسيرين عليها خطوةً خطوة عندما تواجهك أكثر الحالات الإسعافيّة شيوعًا، من الجروح والحروق العميقة إلى الحوادث التي تكون بسيطة بحدّ ذاتها ولكنّها تسبِّب الاضطراب لطفلك، مثل الشظايا والنفطات.

الكتاب موجّه للوالدَين. لكنّنا آثرنا مخاطبة الأمّ لأنّ عليها العبء الأكبر في تربية أطفالها.





كتاب الإسعاف الأوّليّ هذا هو للأطفال، لهذا فهو مصمَّم خصّيصًا لوالدَي الأطفال الذين يقلّ عمرهم عن ثلاث سنوات.

وإنّها لَفكرة جيّدة أن تقرأي الكتاب كلّه بحيث تكونين مهيّأة إذا ما طرأت على عائلتك حالة إسعافيّة.

إنّ العلاجات والأساليب التي نقترحها تُراعي حجم الرضّع الصغير والمخيف أحيانًا، ونرجو أن يشجّعكِ ذلك على التصرّف بثقة وفعّاليّة.

قد يكون من الخطر إجراء بعض العمليّات الإسعافيّة على الأطفال الرضّع ما لم تكن ضرورتها حتميّة. وقد تسبّبين أذيّات خطيرة فلا تحاولي أبدًا القيام بتدريبات على طفلك. لهذا السبب فإنّ الصور تبيّن دمًى وليس أطفالًا حقيقيّين لشرح هذه النقاط.

الإسعاف الأوّليّ في البيت

يضطرّ كلّ أمّ وأب إلى التعامل مع الحوادث البسيطة من وقت لآخر، خصوصًا بعد أن يتعلّم الأطفال المشي ويصبحوا أكثر ميلًا للمغامرة. ومن المفيد أن تحتفظي بعدّة إسعاف أوّليّ في البيت وفي السيّارة، وبخزانة أدوية أوسع في البيت أيضًا. افحصي مخزونك منها بصورة منتظمة للتأكّد من عدم نفاد أيّ منها. وأبقي الأدوية وعدّة الإسعاف الأوّليّ بعيدًا عن متناول الأطفال.

لوازم الإسعاف الأوّليّ

احتفظي بهذه اللوازم في علبة معلّمة بوضوح ذات غطاء عازل للهواء. واحرصي على معرفة استخدام كلّ منها بالشكل السليم.

مناديل مطهّرة

بكرة رباط ومشبك

شريط جراحيّ

ضِمادات معقّمة ورفادات من الشاش

- **علبة من ضِمادات لاصقة متنوّعة**، أو شرائط طبّيّة لاصقة. يحبّ الأطفال الشرائط الملوّنة، ولكن احتفظي أيضًا ببعض الشرائط القليلة التسبيب للأرَجيّة لأنّ لدى بعض الأشخاص أرجيّة نحو المادّة اللاصقة المستخدمة في الشرائط العاديّة.
- **2-3 بكرات من الرباط لتثبيت الضمادات**. احتفظي بعدد من القياسات المختلفة وبعض المشابك أو دبابيس الأمان.
- **أربطة الكريب (قماش جَعْد)** أو التي تأخذ شكل العضو مفيدة لدعم الالتواءات المفصليّة والانشدادات العضليّة. احتفظي بواحد منها على الأقلّ.
- **2-3 ضِمادات جروح معقّمة**، وهي رفادات لها أربطة مثبّتة بها وتكون مثاليّة في حالة الجروح الكبيرة.
- **ضِمادات معقّمة غير لاصقة** ذات طلاء لمّاع على أحد وجهَيها يَسهل نزعه عن الجرح. ويجب تثبيت الضمادة برباط أو شريط.
- **شريط جراحيّ** لتثبيت الضمادات في مكانها.
- **رباط مثلّث أو اثنان** يمكن استخدام ذلك لصنع وشاح تعليق أو تغطية جرح.
- **رباط إصبعيّ ومطبّق لتثبيت الرباط**. استعمال ذلك سريع وسهل في إصابات أصابع اليد أو القدم.
- **مناديل مطهّرة** لتنظيف الجروح. تأكّدي من أنّها خالية من الكحول.
- **علبة من رفادات الشاش** لتنظيف ما حول الجرح أو كضِمادات إضافيّة عند التعامل مع النزف.

أدوات مفيدة

- **مقصّ نهايته غير حادّة**
- **ملقط شعر**
- **قفّازات نبوذة** (تُرمى بعد استخدامها لمرّة واحدة)
- **قناع وجهيّ إسعافيّ** للإنعاش
- **مصباح يد كهربائيّ** في حالة انقطاع التيّار

أدوات مفيدة في السيّارة

- **عدّة إسعاف أوّليّ**
- **حرام إسعاف رقيق ومصباح يد كهربائيّ**
- **صفّارة** لجذب الانتباه
- **عدّة تغيير حفاض احتياطيّة**

خزانة الأدوية المنزليّة

يجب عليك أن تقرأي دومًا البيانات المُثبَتة على الأدوية والمراهم وتتبعي التعليمات بعناية. فبعضها قد لا يُوْصى باستخدامها للأطفال الصغار جدًّا.

- **إيبوپروفن للصغار و/ أو پاراسيتامول الصغار** لعلاج الألم والحمّى عند الرضّع والأطفال الصغار. لا تعطي هذين الدواءين للرضّع تحت عمر الثلاثة أشهر ما لم يوصِ بهما الطبيب. في الحالات الشديدة يمكن استخدام هذين الدواءين معًا.
- **محقنة فمويّة قياس 5 مل** لإعطاء الأدوية للرضّع وللأطفال الصغار.
- **دهون أو كريم الكالامين** لتلطيف تهيُّج الجلد وحروق الشمس.
- **كريم مطرٍّ وزيت حمّام** للجلد الجافّ.
- **أكياس أملاح الإماهة.** عندما تُمزج هذه بالماء يمكن إعطاؤها للرضّع والأطفال الصغار للتعويض عن الأملاح المفقودة بالتقيّؤ والإسهال الشديدَين وللوقاية من التجفاف.
- **كريم واقٍ من الشمس.** جدّدي ما لديك منه مرّة في كلّ صيف على الأقلّ.
- **ميزان الحرارة.** استخدمي شريط قياس حرارة يمكن وضعه على رأس الرضيع، أو ميزانًا رقميًّا digital يوضع تحت الإبط. وهناك خيار أغلى ثمنًا ولكنّه فعّال جدًّا هو ميزان الحرارة الأُذُنيّ. فهو لا يحتاج إلّا ثواني قليلة للحصول على درجة الحرارة ويمكن استخدامه عندما يكون طفلك نائمًا.



استخدام محقنة فمويّة قياس 5 مل

علاجات مكمِّلة

نعلم مدى رغبة بعض الأمّهات والآباء باستخدام العلاجات الطبيعيّة والعشبيّة لأنفسهم واستعدادهم لإعطائها لأطفالهم أيضًا. ومن أجل أن نقدّم لك نصائح طبّيّة سليمة وآمنة قمنا ببعض عمليّات البحث عن هذه العلاجات بدلًا منك.

- **لا نستطيع أن نوصي** بالعلاجات المكمِّلة والبديلة التالية التي كثيرًا ما يُنصح بها للأطفال:
- **البابونج** الذي يُعطى لنُبوت الأسنان قد يحرّض الأرَجيّات والصدمة الاستهدافيّة.
- **الكُوكُولُس(*)** الذي يُعطى لدُوار السفر قد يسبّب قصورًا كلويًّا.
- **جوز القَيء** الذي يُعطى للمغص قد يحوي مادّة الستركنين.

والحقيقة أنّه لا يوجد إلّا علاجان آمنان للأطفال:

- **كريم زهرة العُطاس** الذي يعطيه البعض في حالات التكدّم.
- **كريم الآذَرْيُون** للسَّحجات.

ولكنّ هذين العلاجين غير فعّالين. والحقيقة أنّ دراسة حديثة قد بيّنت أنّ زهرة العُطاس ليس لها أيّ فائدة على الإطلاق في علاج التكدّم والانتفاخ.

(*) جنس نباتات عارشة بريّة معمّرة من فصيلة القمريّات.

استخدام الضِّمادات والأربطة

إنّ تغطية الجرح بضمادة نظيفة وجافّة تُسهم في وقاية المنطقة من العدوى فضلًا عن المساعدة في إيقاف النزف إن وُجِد. كما أنّ وضع شريط طبّيّ لاصق أو ضمادة على الجرح يطمئن الطفل – فالأطفال يخافون كثيرًا من منظر الدم خصوصًا منظر دمهم. وسواء استخدمتِ شريطًا لاصقًا أو ضمادة احرصي على أن يكون الضماد أكبر من الجرح. وإذا وضعت رباطًا حول أحد الأطراف فافحصي دومًا دوران الدم في الطرف بعد مكان الرباط للتأكّد من أنّه ليس ضيّقًا جدًّا.

وَضْع شريط طبّيّ لاصق

انزعي الغلاف الخارجيّ، ثمّ امسكي الشريط فوق الجرح وضمادته نحو الأسفل. انزعي الطبقة الواقية وضعي الضمادة على الجرح. اضغطي أطراف الشريط وحوافّه لتثبيتها جيّدًا.



وَضْع ضمادة على الجرح

1 **ارتدي قفّازين نبوذين** إذا توفّرا لديك، ثمّ انزعي غلاف الضمادة الخارجيّ. افردي الرباط لفتح الضمادة مع الحرص على عدم لمسها.

2 **ضعي الضمادة** على الجرح ولفّي الطرف القصير للرباط مرّة واحدة حولها لتثبيتها في مكانها، ثمّ اتركيه متدلّيًا. لفّي الرباط الأساسيّ حول الطرف حتّى تصبح الضمادة مغطّاة بالكامل. ثمّ اربطي طرفَي الرباط في عقدة فوق الضمادة لإبقاء الضغط على الجرح.

وَضْع الرباط الملفوف على بكرة





1 **اسندي الطرف المصاب** بيدك. افردي جزءًا من الرباط وضعيه على الطرف تحت مستوى الإصابة مبقيةً القسم الملفوف في الأعلى.

2 **لفّي الرباط** على الطرف من أسفله إلى أعلاه، بحيث تغطّي كلّ طبقة من الرباط حوالى ثلثَي الطبقة السابقة لها. وعندما تصبح الضمادة أو الإصابة مغطّاة تمامًا، اختمي العمليّة بلفّتين مستقيمتين، ثمّ ثبّتي الطرف بدبّوس أمان أو مشبك خاصّ أو شريط لاصق.

فَحْص الدوران بعد التضميد

اضغطي على ظفر إصبع يد الطفل أو قدمه بعد مكان الرباط ثمّ أوقِفي الضغط. يجب أن يعود اللّون الطبيعيّ للظفر بسرعة. فإذا لم يعد، فإنّ الرباط ضيّق جدًّا. أرخيه وانتظري حتّى يعود اللّون إلى طبيعته ثمّ ضعيه من جديد بصورة أكثر ارتخاءً.



اضغطي على الظفر

ماذا تفعلين في حالة وقوع حادث

قد يسبّب مرض الطفل أو إصابته ضيقًا شديدًا للوالدين. وليس من السهل عليهما دومًا أن يعرفا ماذا يجب أن يفعلا في الحال، وقد لا يكون واضحًا ما إذا كانت الإصابة خطيرة أو قد تصبح خطيرة. مهما حدث اتبعي حَدْسك إذا شككت بشيءٍ ما. وإذا كنت قلقة فاتّصلي بطبيبك لطلب النصيحة.

العمل الفوريّ

ابقَي هادئة عند وقوع حادث. تأكّدي من أنّ المنطقة المحيطة بطفلك آمنة. فإذا آذيت نفسك أثناء عمليّة إنقاذه ومساعدته فإنّك تعرّضينه لخطر أكبر. طمئنيه واستدعي خدمة الطوارئ المعنيّة - سيّارة الإسعاف أو الشرطة أو الإطفاء.

1 **تأكّدي من أنّ المنطقة** حول طفلك آمنة وتسمح لك بالاقتراب منه. فمثلًا، إذا كان الطفل متّصلًا بالكهرباء اقطعي التيّار الكهربائيّ قبل لمسه.

2 **قيّمي حالة طفلك** للتأكّد من أنّه واعٍ ويتنفّس (للرضّع ص 16، للأطفال ص 19). فإذا كان في وعيه، انتقلي إلى الخطوة 3.

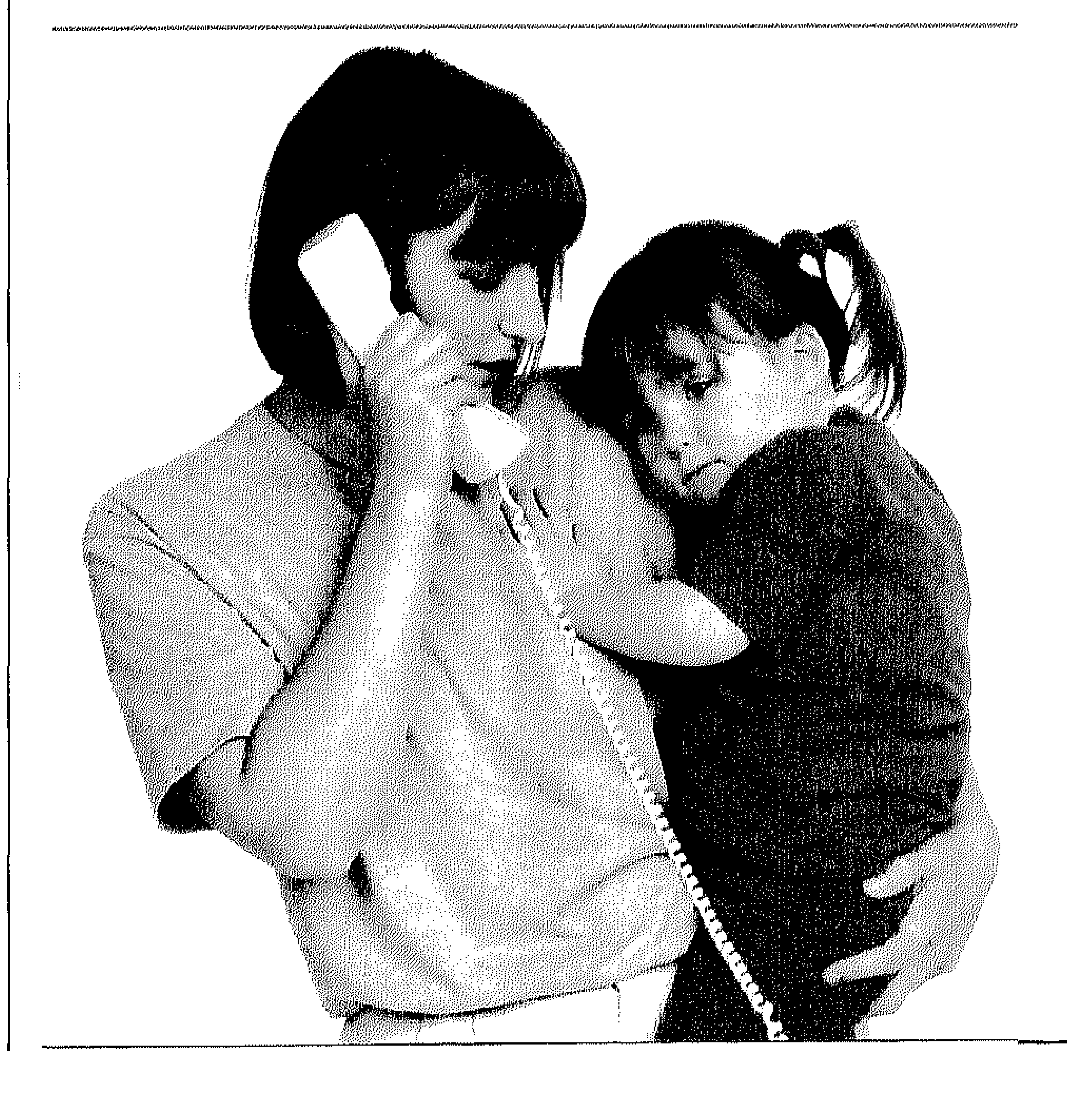
3 **قيّمي الإصابات إن وُجِدَت.** إذا كان طفلك واعيًا فقيّمي إصابته وعالجيه حسب الضرورة. اتّصلي بطبيبك لطلب النصيحة أو استدعي سيّارة الإسعاف، انظري الصفحة المقابلة.

انظري أيضًا

- إذا كان من الضروريّ أن تستدعي سيّارة الإسعاف فراقبي حالة طفلك بعناية بانتظار وصول المساعدة (انظري: مراقبة العلامات الحيويّة ص 12).

تحذير

- إذا كان طفلك فاقدًا وعيه اتبعي التعليمات الخاصّة بفقدان الوعي عند الرضيع ص 16 أو الطفل ص 19. افحصي تنفّس طفلك ثمّ اطلبي من أحدٍ ما أن يستدعي سيّارة الإسعاف بينما تتابعين أنت علاجه.
- إذا كان طفلك لا يتنفّس وكنت وحيدة فأعطيه تنفّسًا إسعافيًّا وضغطات صدريّة لمدّة دقيقة، ثمّ استدعي سيّارة الإسعاف.
- إنّ لفقدان الوعي أولويّة على جميع الإصابات الأخرى - بما فيها النزيف.



متى تأخذين الطفل إلى المستشفى

إنّ هذه الحالات كلّها خطيرة إلى حدّ الحاجة إلى دخول المستشفى. والكثير منها حالات إسعافيّة حقيقيّة، ينبغي فيها استدعاء سيّارة الإسعاف. وطاقم الإسعاف مدرَّب تدريبًا عاليًا على أمور الإسعاف الأوّليّ وحسن التجهيز، ولكنّ معرفتك بما يجب فعله قبل وصول الطاقم قد تنقذ حياة طفلك. وتجدين نصائح محدَّدة حول كلّ واحدة من الحالات المذكورة هنا في أماكن أخرى من هذا الكتاب.

خذي طفلك دومًا إلى المستشفى في الحالات التالية:

- **فقدان الوعي**
- **توقُّف التنفّس**
- **صعوبة التنفّس**
- **الإصابة بجرح عميق**، أو جرح فيه جسم منطمر
- **أيّ حرق**
- **حرارة مرتفعة** يرافقها نعاس وطَفْح أرجوانيّ على الجسم، حساسية للضوء، صداع، و/أو تصلُّب عنق (انظري التهاب السحايا ص 56)
- **إصابة في الرأس**
- **الشكّ بكسر عظميّ**
- **تناوُل مادّة سامّة** (مثل ثمرات برّيّة أو أدوية أو موادّ كيميائيّة)
- **حرق كيميائيّ** على الجلد أو في العينين
- **عضّة أفعى أو حيوان أو لسعة حشرة** إذا كانت ثمّة سوابق عائليّة من ردود الفعل الأرَجيّة الشديدة

متى تتّصلين بالطبيب

إنّ أكثر الأطبّاء لا مانع لديهم من أن تستشيريهم طلبًا للنصيحة. وأنت تعرفين أكثر من أيّ شخص آخر ما إذا كان طفلك مريضًا أم لا، وإذا تجاهل الطبيب رأيك فإنّه يعرّض نفسه لما قد لا تحمد عقباه. فإذا ساورك الشكّ تأكّدي من طبيبك خصوصًا إذا لاحظت أيًّا من علامات المرض الهامّة هذه. وإذا لم تستطيعي الاتّصال بالطبيب خذي طفلك إلى أقرب مركز للحوادث والإسعاف.

اتّصلي دومًا بطبيبك طلبًا لنصيحته في الحالات التالية:

- **إذا كان الرضيع أو الطفل مصابًا بحرارة مرتفعة** (39°س أو أكثر)، أو إذا أصيب بحمّى أعلى من 38°س لأكثر من ثلاثة أيّام.
- **حرارة مرتفعة ترافقها نوبات اختلاجيّة أو إذا كان طفلك** قد أصيب بنوبات اختلاجيّة مع حمّى في الماضي.
- **حرارة مرتفعة هبطت ثمّ ارتفعت ثانيةً** بشكلٍ مفاجئ.
- **حرارة الجسم أقلّ من 35°س** وترافقها برودة الجلد والنعاس والهدوء والخمول (انظري هبوط الحرارة ص 50).
- **إذا كان الطفل الرضيع يتقيّأ** منذ أكثر من ستّ ساعات.
- **إذا أصيب الرضيع أو الطفل بتقيّؤ طويل وعنيف ولمدّة طويلة.**
- **إذا شكا الطفل من نوبات دُوار مع غثيان وصداع، أو غثيان وتقيّؤ** يرافقهما ألم بطنيّ في الجانب الأيمن.
- **إذا رفض الطفل الرضيع طعامه فجأةً**، أو رفض طفل ذات شهيّة سليمة في العادة الطعام ليومٍ واحد وبدا خاملًا.

مراقبة العلامات الحيويّة

إذا شككت بأنّ طفلك مريض وبحاجة إلى عناية طبّيّة فافحصي علاماته الحيويّة - مستوى الاستجابة وسرعة التنفّس والنبض. وكلّما أعطيت طبيبك معلومات أكثر عندما تتّصلين به كلّما استطاع أن يساعدك بشكلٍ أفضل.

فَحْص مستوى الاستجابة

لمعرفة ما إذا كان طفلك واعيًا ومراقبة أيّ تغيُّر في حالته يجب عليك فحص مستوى استجابته لمنبِّهات معيّنة بفواصل زمنيّة منتظمة. دوّني النتائج وأوقات التقييم وأعطيها للطبيب أو طاقم الإسعاف.

1 **تحدّثي إلى طفلك** - هل هو متنبّه، هل يفتح عينيه ويحافظ على الاتّصال البصريّ بك؟

2 **هل يستجيب طفلك** لصوتك؟ مثلًا، هل يدير رأسه نحوك (الرضيع) أو يستجيب بشكل معقول للأسئلة (الطفل) أو هل يبدو عليه ارتباك شديد. أم أنّه لا توجد أيّة استجابة؟

3 **هل يتحرّك؟** ربّتي على قدمه (الرضيع) أو كتفه (الطفل) وانظري ما إذا كان يستجيب. إذا لم تكن هناك استجابة فربّما يكون قد فقدَ وعيه. انظري ص 14-21 لمعرفة الإرشادات حول تقنيّات الإنعاش.

فَحْص سرعة التنفّس

إنّ التنفّس السريع أو البطيء جدًّا أو صعوبة التنفّس قد تكون علامة على أنّ الطفل بحاجة إلى مساعدة طبّيّة عاجلة. ولفحص سرعة تنفّس طفلك أبقيه ساكنًا وعدّي مرّات التنفّس التي يتنفّسها في دقيقة واحدة. إنّ السرعات الطبيعيّة في الدقيقة هي كالتالي:

عدد مرّات التنفّس في الدقيقة:

تحت الشهرين: 50-60 مرّة أو أقلّ
2-12 شهرًا: 40-50 مرّة أو أقلّ
سنة إلى سنتين: 30 مرّة أو أقلّ

تحذير

- إنّ صعوبة التنفّس حالة إسعافيّة طبّيّة وعلامة على أنّ الطفل بحاجة إلى مساعدة فوريّة. إذا ازرقّت شفتا الطفل فاستدعي سيّارة الإسعاف حالًا.



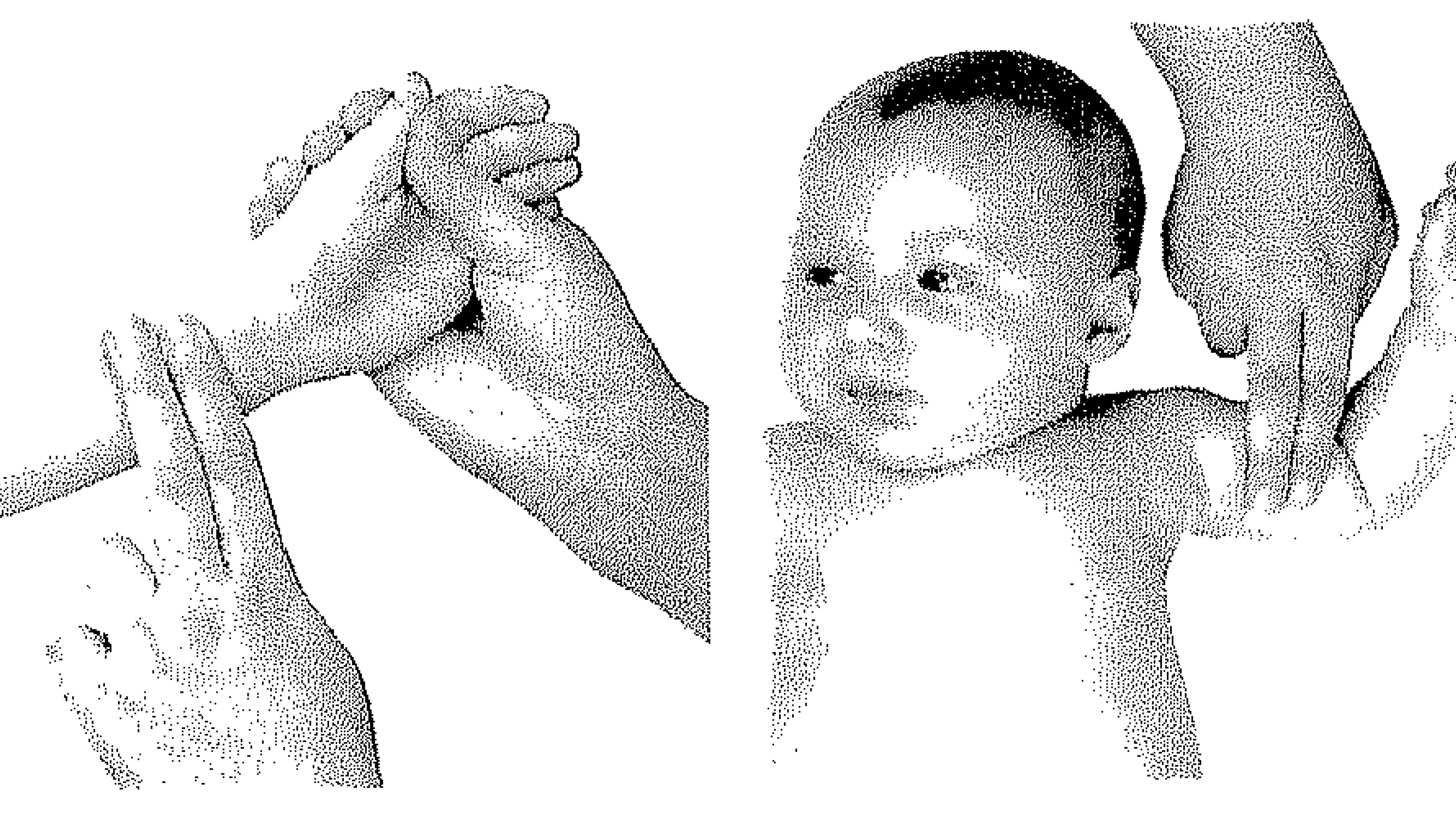
فَحْص نَبْض الطفل

إنّ النبض السريع أو البطيء جدًّا هو علامة أخرى على أنّ الطفل ليس على ما يرام. ولاحظي أيضًا ما إذا كان النبض قويًّا أو ضعيفًا. سرعات النبض الوسطيّة هي كالتالي:

عدد النبضات في الدقيقة:

تحت الشهرين: 100–160

فوق السنة: 100–120



استخدمي السبّابة والوسطى لعدّ النبضات خلال 15 ثانية واضربي الرقم بأربعة.

افحصي النبض على ذراع الطفل

افحصي النبض على معصم الطفل

قياس حرارة الطفل

تتراوح حرارة الجسم الطبيعيّة عند الأطفال بين 36–37°س. فكلّ حرارة أعلى من 37,7°س تصنَّف على أنّها حمّى. قد يكون الجبين الحارّ أوّل علامة على ارتفاع حرارة الطفل، ولكن ينبغي عليك من أجل الدقّة أن تقيسي حرارته بميزان حرارة، ثمّ تعيدي قياسها مرّة ثانية بعد 20 دقيقة.

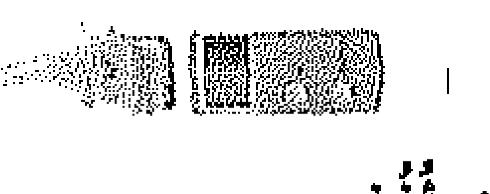
نصائح حول قياس حرارة الطفل

- **اقرأي دومًا** تعليمات الشركة المصنِّعة بعناية.
- **لا تقيسي أبدًا** حرارة **طفلك** إذا توقّف لتوّه عن الجري.
- **اغسلي الميزان** بعد استخدامه بالصابون والماء البارد.
- **احفظي الميزان** دومًا في علبته الخاصّة به.

أنواع مختلفة من موازين الحرارة

ميزان رقميّ digital

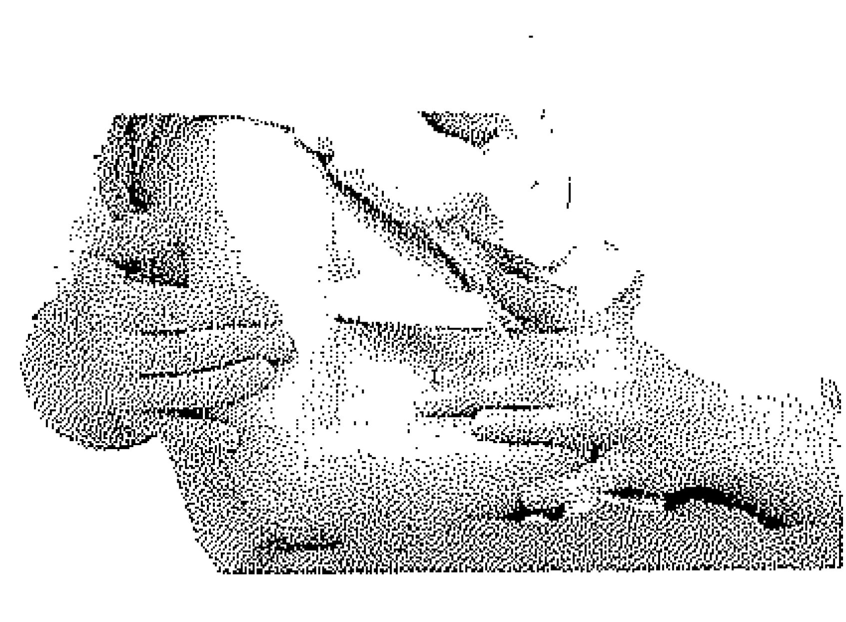
شريط من الكريستال السائل



ميزان أُذُنيّ



ضعي الشريط على جبين الطفل بيديك الاثنتين، وأبقي أصابعك خارج لوحاته. احرصي على أن يكون الشريط مسطّحًا على جبين الطفل.



ضعي ميزانًا رقميًّا تحت الإبط واخفضي ذراع الطفل فوقه. امسكي الذراع في هذه الوضعيّة حتّى يصدر الميزان صفيرًا ثمّ اسحبيه واقرأي درجة الحرارة.

فقدان الوعي

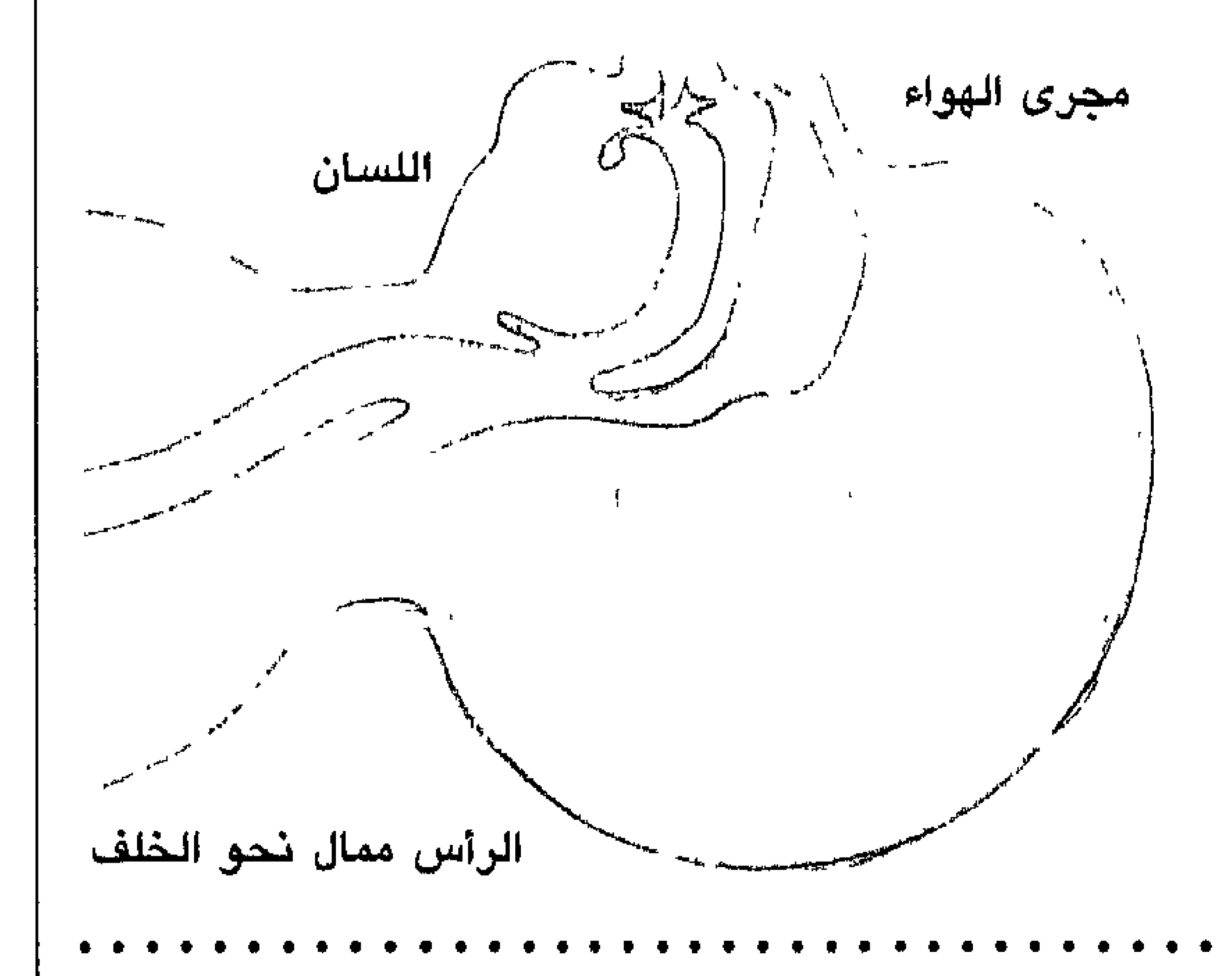
إذا فقدَ الرضيع أو الطفل وعيه وكان لا يتنفّس فهو معرَّض لأذيّة دماغيّة وتوقُّف القلب. يكون الإنعاش عندئذٍ أمرًا أساسيًّا - أي إدخال الأكسجين إلى رئتَي الطفل والتأكّد من أنّ القلب ينبض. ولا بدّ لك من إجراء تقييم سريع لحالة طفلك كي تعرفي ماذا تفعلين. يساعدك مخطَّط العمل المبيَّن على الصفحة المقابلة. والطريقة السهلة لتذكُّر ما ينبغي فعله هي اتّباع مبادئ الإسعاف (المبيَّنة أدناه).

لاحظي أنّ أساليب الإنعاش تختلف قليلًا عند الرضّع الذين يقلّ عمرهم عن 12 شهرًا عنها عند الأطفال، كما تبيِّن لك الصفحات التالية.

مبادئ الإنعاش الثلاثة

1- مجرى الهواء

يجب أن يظلّ مجرى الهواء مفتوحًا وسالكًا. فإذا فقدَ الرضيع أو الطفل وعيه وكان مستلقيًا على ظهره فهناك خطر أن يسقط لسانه نحو الخلف فيسدّ مجرى الهواء بحيث لا يستطيع الهواء الحاوي على الأكسجين أن يدخل الرئتين. إذا أَمَلتِ رأسه نحو الخلف فقد تستطيعين فتح مجرى الهواء إلى حدٍّ كافٍ للسماح بالتنفّس.



2- التنفّس

يجب الحفاظ على التنفّس بإبقاء مجرى الهواء مفتوحًا. أو يمكنك دعم التنفّس اصطناعيًّا بعمليّة التنفّس الإسعافيّ (الرضيع ص 17؛ الطفل ص 20). وهذا الأمر ممكن لأنّ الهواء الذي تتنفّسينه يحوي من الأكسجين ما يكفي لإبقاء شخص آخر على قيد الحياة.

3- الدوران

الدوران أساسيّ من أجل الحفاظ على إمداد أنسجة الجسم بالدم الحاوي على الأكسجين. فإذا اقتضت الحاجة يمكن الحفاظ على الدوران جزئيًّا بتقليد عمل القلب باستخدام الضغط على الصدر. إذا ترافق هذا بالتنفّس الإسعافيّ فقد يكون كافيًا لإبقاء جسم الطفل مزوّدًا بالأكسجين حتّى يتكفّل بالأمر فريق الإسعاف. ويُعرف هذا **بالإنعاش القلبيّ الرئويّ** (CPR).

خطّة العمل

هل الطفل فاقد وعيه؟
ربّتي على قدمه أو ربّتي
بلطف
على كتفه
ملاحظة هامّة – إيّاك أن تهزّي الرضيع أو الطفل الصغير.

نعم ← **عالجي الإصابات إن وُجِدت**، كالنزف مثلاً، واستدعي المساعدة الطبّيّة اللاّزمة.

لا ↓

هل يتنفّس الطفل؟
• أميلي رأسه نحو الخلف فيفتح فمه نحو الأسفل • إذا أمكنك رؤية شيء ما في فمه فاسحبيه • ارفعي ذقنه • ضعي أذنك بقرب وجهه وافحصي تنفّسه.

نعم ← **استدعي سيّارة الإسعاف**– وفي الحالة المثاليّة يفضّل أن تطلبي من شخصٍ آخر أن يفعل ذلك. احملي الرضيع ورأسه أدنى من جسمه (ص 18) أو ضعي الطفل في وضعيّة الإفاقة (ص 19) بانتظار وصول المساعدة.

لا ↓

اطلبي من شخص أن يستدعي سيّارة الإسعاف
• أعطي الطفل تنفّسين إسعافيّين فعّالين (ص 17، 20).
هل توجد أيّة علامات على دوران الدم؟
• ضعي أذنك بقرب فمه وتحقّقي من التنفّس والحركة والسعال.

نعم ← **استمرّي بإعطاء التنفّس الإسعافيّ** وبتحرّي علامات الدوران كلّ دقيقة.

لا ↓

ناوبي بين الضغط على الصدر (الرضيع ص 18، الطفل ص 21) وبين التنفّس الإسعافيّ.

ملاحظة هامّة

• إنّ أكثر سبب محتمل لفقدان الوعي عند الطفل هو وجود مشكلة تنفّسيّة ما. فإذا كنت وحيدة وكان طفلك لا يتنفّس فأعطيه دومًا تنفّسًا إسعافيًّا، وإذا اقتضى الأمر، ضغطات على الصدر لمدّة دقيقة واحدة قبل أن تستدعي سيّارة الإسعاف.

الرضيع الفاقد وعيه

اتبعي التسلسل في الصفحات الثلاث التالية لعلاج الرضيع الفاقد وعيه الذي يقلّ عمره عن 12 شهرًا. وتأكّدي دومًا من أنّه يتنفّس قبل استدعاء سيّارة الإسعاف، لأنّ هذا هو أوّل سؤال سوف يسألك إيّاه رئيس طاقم الإسعاف. وإذا أمكن اطلبي من شخصٍ آخر أن يتّصل بالإسعاف بينما تعتنين أنت بالطفل.

فَحْص الوعي

إذا انهار الطفل الرضيع فلا بدّ لك من أن تعرفي بسرعة ما إذا كان واعيًا أم لا.



ملاحظة هامّة

• إيّاكِ أن تهزّي الرضيع لفحص استجابته.

1 **ربّتي على أخمص** قدمه وناديه باسمه. يجب أن يكون هذا كافيًا للحصول على استجابة منه إذا كان نائمًا.

2 **إذا لم يكن هناك أيّ ردّ فعل** على الإطلاق، فهو فاقد وعيه. إذا كانت هناك استجابة فعالجي الإصابة إن وُجِدَت واستدعي المساعدة إن اقتضى الأمر.

فَحْص التنفّس

من الضروريّ أن تفتحي مجرى الهواء عند الرضيع قبل فحص تنفّسه لأنّ اللسان عند الرضيع الفاقد وعيه يسقط خلفًا على قمّة الرُّغامى فيمنع الهواء من الدخول إلى الرئتين.

1 **ضعي إحدى يديك على جبين الطفل** وأميلي الرأس بلطف إلى الخلف. انظري في فمه. إذا رأيت انسدادًا واضحًا فاسحبيه بالسبّابة والإبهام.



2 **ارفعي ذقنه بإحدى أصابع** يدك الأخرى لإبقاء مجرى الهواء مفتوحًا.

3 **ضعي أذنك على وجه الطفل** وانظري على طول صدره. راقبي لترَي ما إذا كان صدره يتحرّك، وأنصتي لسماع تنفّسه وتحسّسيه على خدّك.

4 **إذا كانت هناك علامات أكيدة** على وجود التنفّس فضمّي الطفل بين ذراعيك ورأسه أدنى من مستوى جسمه لإبقاء مجرى الهواء سالكًا. اطلبي من شخصٍ آخر أن يستدعي سيّارة الإسعاف، أو خذي الطفل إذا اقتضى الأمر إلى جهاز الهاتف واستدعي سيّارة الإسعاف بنفسك. راقبي علاماته الحيويّة (ص 12) بانتظار وصول المساعدة.

5 **إذا كان الطفل لا يتنفّس** فلا بدّ من البدء بالتنفّس الإسعافيّ (الصفحة المقابلة).

ملاحظة هامّة

• إيّاكِ أن تضعي أصابعك داخل فم الرضيع لتحسُّس انسداد لا تستطيعين رؤيته.

إجراء التنفّس الإسعافيّ للرضيع

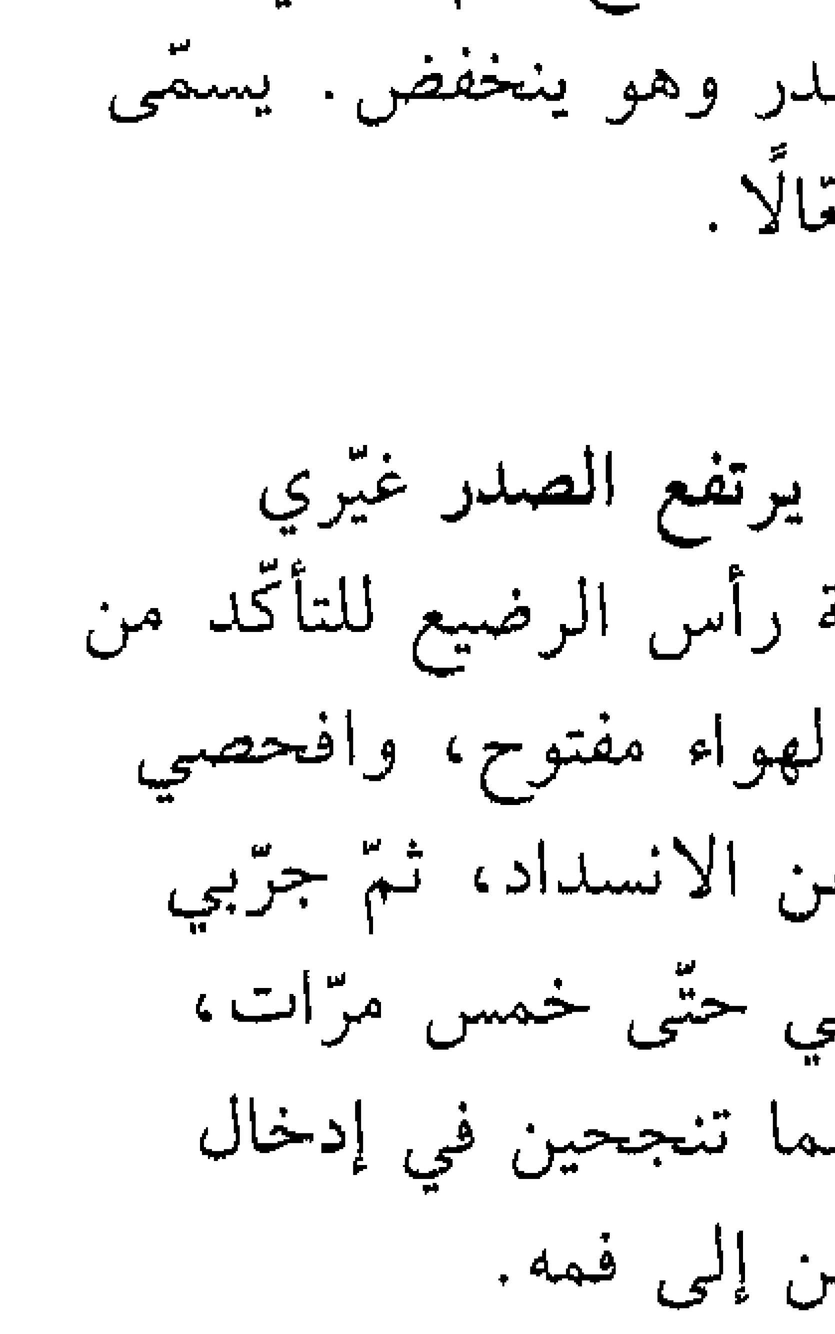
إذا كان الطفل لا يتنفّس فيجب إدخال الهواء إلى جسمه بنفخ الهواء الذي تزفرينه في رئتيه. تنجح هذه الطريقة لأنّ هواء الزفير يظلّ فيه من الأكسجين ما يكفي لإبقاء شخصٍ آخر على قيد الحياة. اطلبي من شخصٍ آخر أن يستدعي سيّارة الإسعاف. إذا كنت وحدك استمرّي بالتنفّس الإسعافيّ لمدّة دقيقة واحدة قبل استدعاء سيّارة الإسعاف، لأنّه كلّما طال حرمان دماغ الطفل من الأكسجين كلّما كانت النتائج أسوأ. واحرصي أيضًا على معرفة ما ينبغي فعله إذا توقّف القلب عن النبضان (ص 18).



1 **تأكّدي من أنّ مجرى الهواء** مفتوح بأن تسندي رأسه بيديك.

2 **خذي نفَسًا عميقًا** ثمّ أطبقي شفتَيك بإحكام حول فم الطفل وأنفه. انفخي بثبات داخل رئتيه إلى أن ترَي صدره يرتفع، ثمّ ارفعي فمك وراقبي الصدر وهو ينخفض. يسمّى هذا نفَسًا فعّالًا.





3 **إذا لم يرتفع الصدر** غيّري وضعيّة رأس الرضيع للتأكّد من أنّ مجرى الهواء مفتوح، وافحصي الفم بحثًا عن الانسداد، ثمّ جرّبي ثانيةً. حاولي حتّى خمس مرّات، وتوقّفي حالما تنجحين في إدخال نفَسين فعّالَين إلى فمه.

4 **تحرّي علامات** الدوران. ضعي أذنك قريبًا من وجه الطفل ثانيةً وابحثي عن علامات على الحركة أو التنفّس أو السعال لمدّة لا تزيد عن 10 ثوانٍ. إذا رأيت علامات تابعي التنفّس الإسعافيّ لمدّة دقيقة واحدة – بسرعة حوالى 20 نفَسًا في الدقيقة – ثمّ كرّري فحص الدوران. إذا بدأ الطفل بالتنفّس فاحمليه بين ذراعيك بانتظار سيّارة الإسعاف.

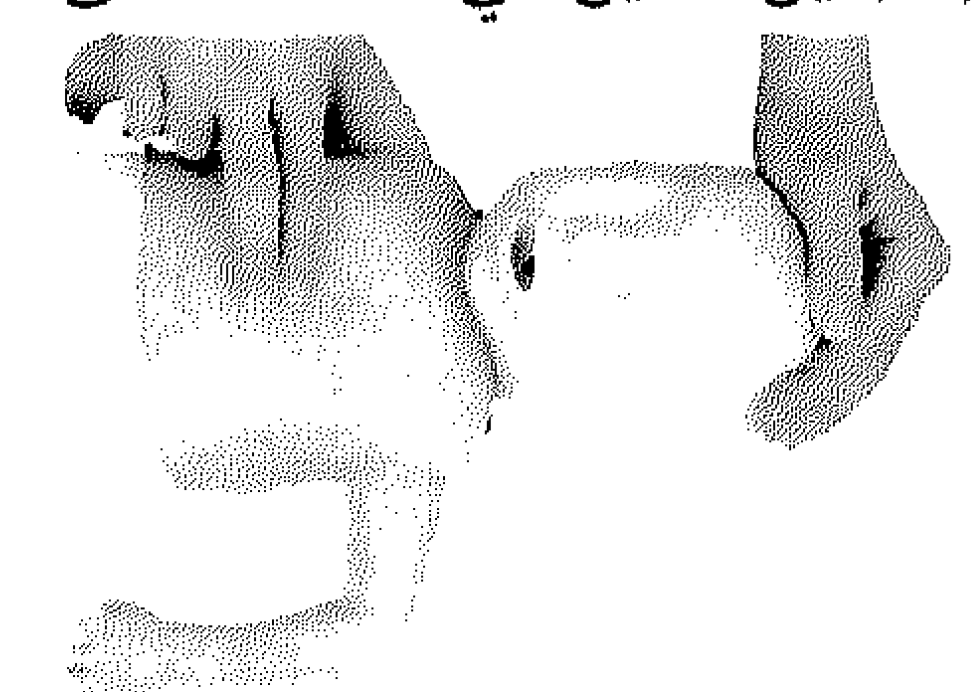
5 **ابدأي الإنعاش القلبيّ الرئويّ** إذا لم تكن ثمّة علامات على الدوران. اتبعي الإرشادات ص 18.

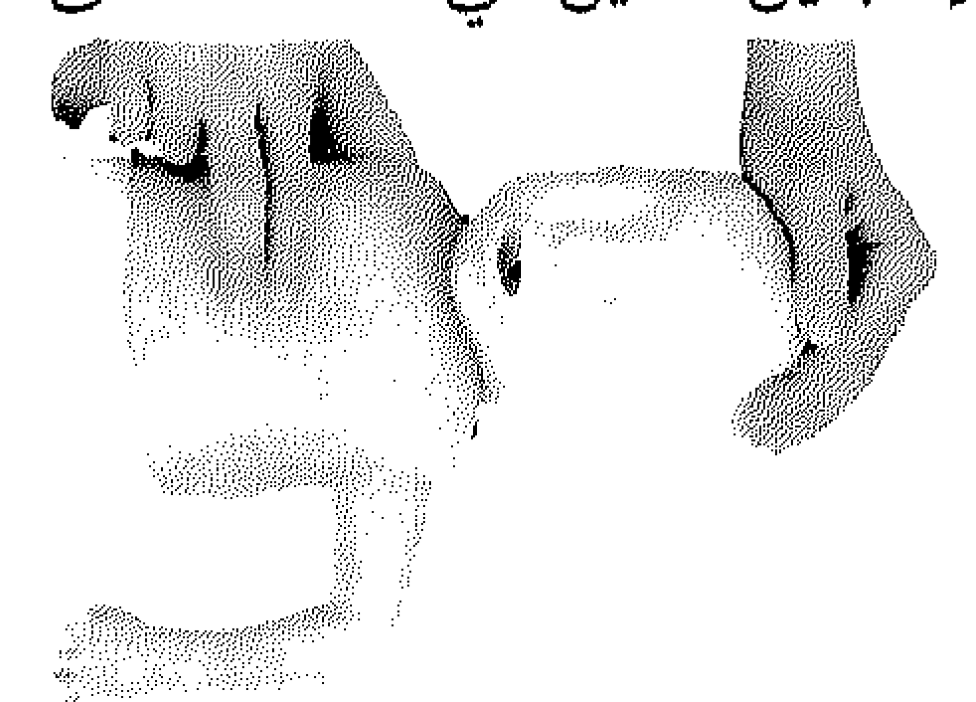
تحذير

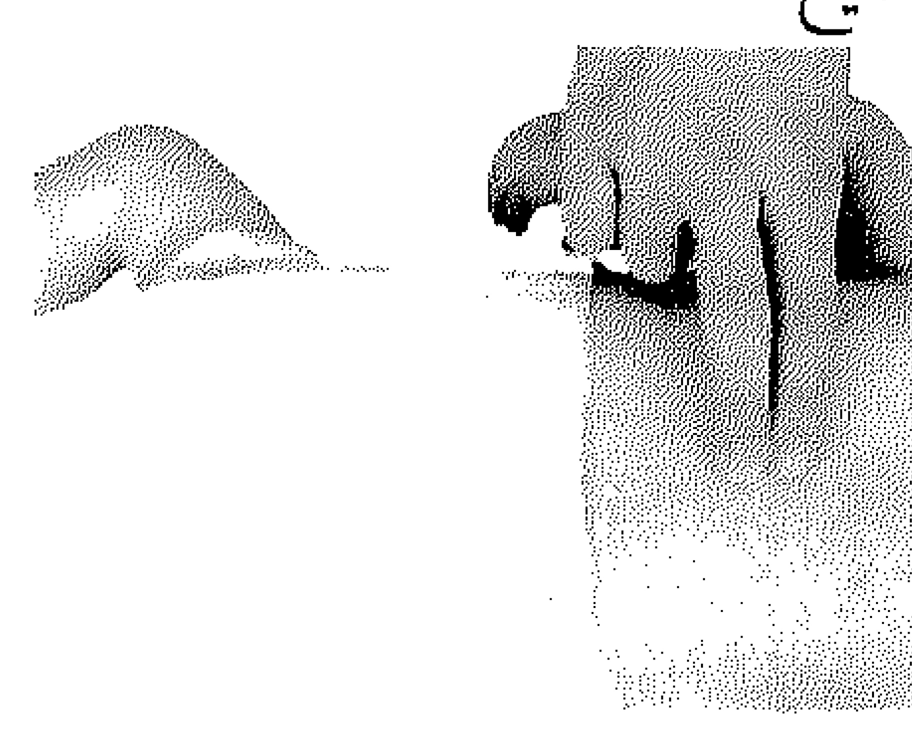
- إذا لم تستطيعي إدخال النفَس بعد خمس محاولات فانتقلي إلى فحص الدوران (الخطوة 4).
- إذا لم تستطيعي إدخال النفَس وكنت تعلمين أنّ الطفل اختنق بشيءٍ ما فلا تفحصي الدوران، بل ابدأي بالإنعاش القلبيّ الرئويّ حالًا (ص 18).

إجراء الإنعاش القلبيّ الرئويّ للرضيع

تُجرى في الإنعاش القلبيّ الرئويّ حركات ضغط على الصدر وتنفّس إسعافيّ، وهو ضروريّ إذا لم يبدِ الرضيع أيّ علامة على دوران الدم. فمن خلال الإنعاش يمكن الحفاظ على بعض الدوران. ويجب ألّا تستخدمي إلّا إصبعين اثنتين في الضغط على صدر الرضيع.







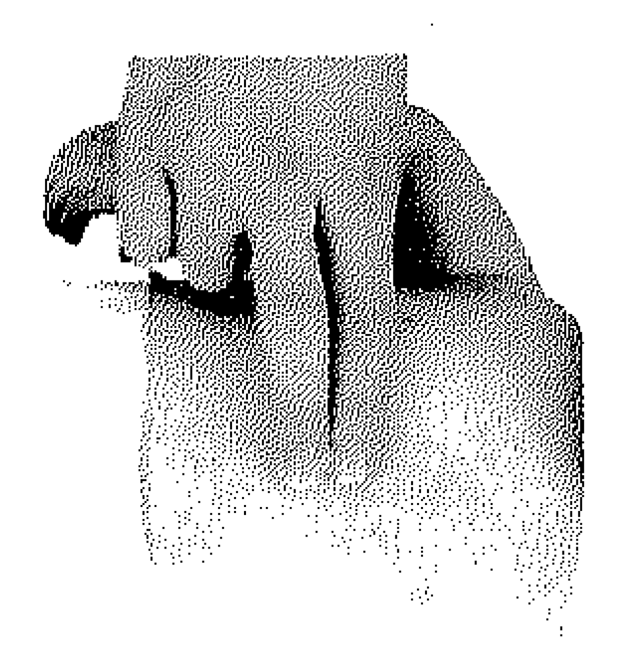
1 ضعي الرضيع على سطح صلب (الطاولة هي سطح مثاليّ). اسندي رأسه بيدك الأقرب إلى رأسه، وضعي سبّابة ووسطى اليد الأخرى على مركز صدره (على عظم القصّ) تحت مستوى الحلمتين بعرض إصبع واحدة تقريبًا.

2 اضغطي نحو الأسفل بحدّة على عظم القصّ إلى ثلث عمقه، ثمّ أزيلي الضغط (ولكن من دون رفع إصبعيك). افعلي ذلك خمس مرّات بمعدّل نحو 100 ضغطة في الدقيقة.

3 ثمّ انفخي نفَسًا إسعافيًّا واحدًا في فم الرضيع وأنفه.

استمرّي بضغط الصدر والتنفّس الإسعافيّ

استمرّي بإعطاء خمس ضغطات صدريّة يتلوها نفَس إسعافيّ واحد بهذا المعدّل حتّى تصل سيّارة الإسعاف، أو يبدأ الرضيع بالحركة أو التنفّس، أو تنهكي بحيث تعجزين عن الاستمرار.



خمس ضغطات



نفَس إسعافيّ واحد

إذا بدأ الرضيع بالتنفّس

متى بدأ الرضيع بالتنفّس لوحده من جديد وعاد له دورانه ضمّيه بين ذراعيك والأفضل أن يكون وجهه متّجهًا نحو الأسفل ورأسه دون مستوى الجزء الأساسيّ من جسمه. تُعرف هذه بوضعيّة الإفاقة، وأهداف هذه الوضعيّة هي:

- إبقاء مجرى الهواء مفتوحًا
- السماح للقيء وغيره من السوائل بالنزح من الفم
- إبقاء العنق والعمود الفقريّ على استقامة واحدة

وبينما يكون الرضيع في وضعيّة الإفاقة استمرّي بمراقبة علاماته الحيويّة (ص 12) بعناية حتّى وصول الإسعاف.

الطفل الفاقد وعيه

اتبعي التسلسل المبيَّن على الصفحات التالية لمعالجة الطفل الفاقد وعيه والذي تجاوز عمر الـ 12 شهرًا. افحصي التنفّس دومًا قبل استدعاء الإسعاف، فهذا أوّل سؤال سوف يسألك إيّاه رئيس طاقم الإسعاف.

فَحْص الوعي

عندما تجدين طفلًا منهارًا يجب أن تعرفي فورًا ما إذا كان واعيًا أم لا. وإيّاكِ أن تهزّيه.

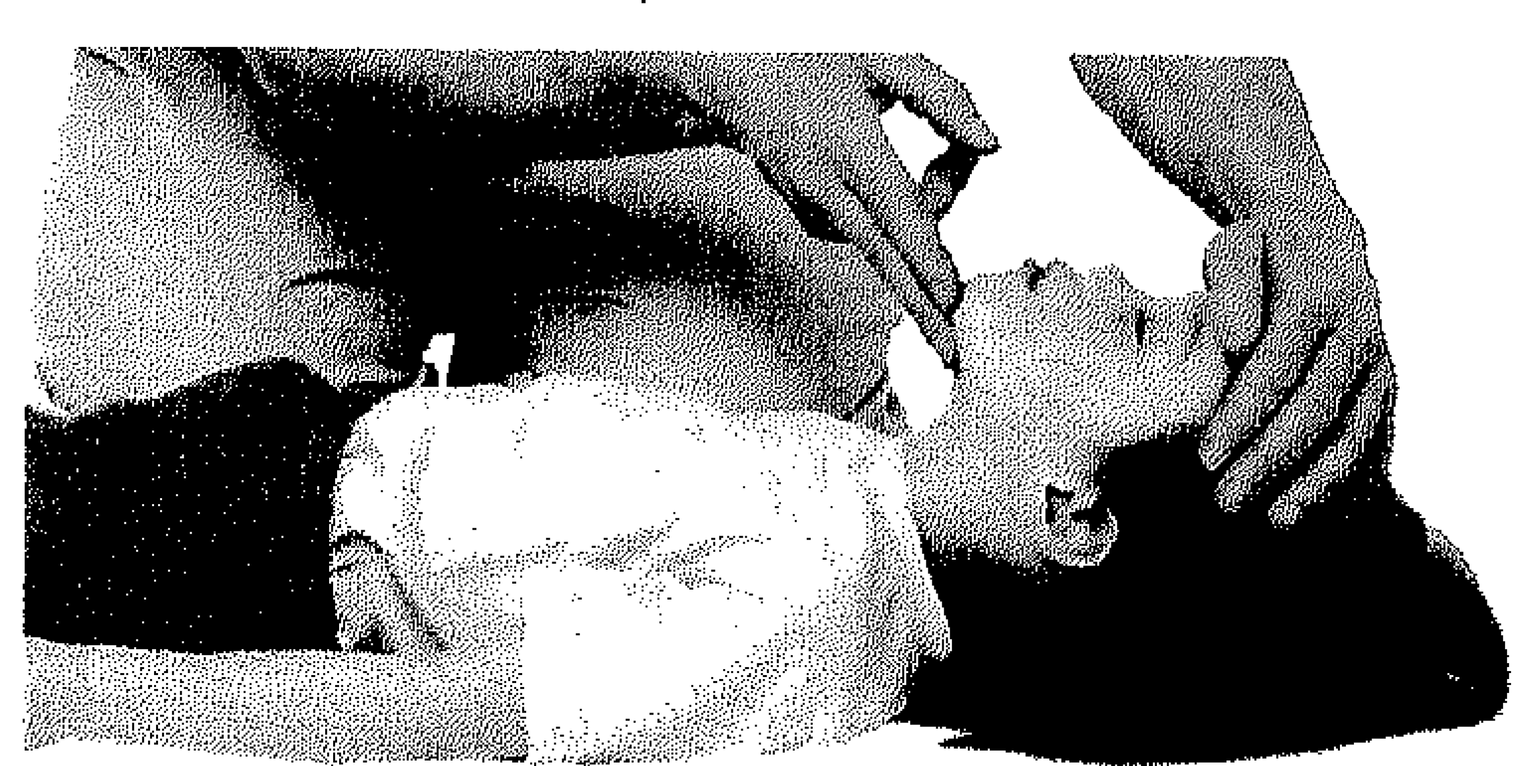
1 **ربّتي على كتفه بلطف** وناديه باسمه، أو يمكنك أن تنفخي بلطف على رموشه. يجب أن يكون هذا كافيًا للحصول على استجابة إذا كان نائمًا. إيّاكِ أن تهزّيه.

2 **إذا لم يكن هناك أيّ ردّ فعل البتّة فهو فاقد وعيه.** انتقلي إلى فحص التنفّس (أدناه). إذا كان هناك ردّ فعل عالجي الإصابة إن وُجِدت واطلبي المساعدة إذا اقتضى الأمر.

فَحْص التنفّس

من الضروريّ فتح مجرى الهواء قبل فحص التنفّس. والسبب هو أنّ اللسان عند الطفل الفاقد وعيه يسقط خلفًا على قمّة الرُّغامى فيمنع الهواء من دخول رئتيه.

1 **ضعي إحدى يديك على جبين الطفل،** وأميلي الرأس بلطف نحو الخلف (يجب أن يهبط الفكّ فيفتح الفم). انظري في فم الطفل وإذا رأيت انسدادًا واضحًا فاسحبيه بالسبّابة والإبهام.



2 **ارفعي ذقن الطفل** بإصبعين من يدك الأخرى لإبقاء مجرى الهواء مفتوحًا.

3 **ضعي أذنك بقرب وجه الطفل** وانظري إلى صدره. راقبي ما إذا كان صدره يتحرّك، وأنصتي لسماع تنفّسه وتحسّسيه على خدّك.

ملاحظة هامّة

- إيّاكِ أن تضعي أصابعك في فم الطفل لتحسُّس انسداد غير مرئيّ – لأنّك بذلك قد تدفعين ما يَسدّ أكثر نحو الأسفل.



وضعيّة الإفاقة لإبقاء مجرى الهواء مفتوحًا

4 **إذا كانت هناك علامات أكيدة** على التنفّس ضعي الطفل على جانبه في وضعيّة الإفاقة ورأسه مائل نحو الخلف جيّدًا.

5 **إذا كان الطفل لا يتنفّس** يجب أن تبدأي بالتنفّس الإسعافيّ (ص 20).

إجراء التنفّس الإسعافيّ للطفل

إذا كان الطفل لا يتنفّس فيجب أن تُدخلي الهواء إلى جسمه بنفخ الهواء الذي تزفرينه في رئتيه (التنفّس الإسعافيّ). وإذا كنت لوحدك فيجب أن تجرّبي التنفّس الإسعافيّ لدقيقة واحدة قبل استدعاء سيّارة الإسعاف.

1 **احرصي على أن يكون مجرى الهواء مفتوحًا** بأن تسندي الرأس بيديك الاثنتين. أغلقي منخرَيه معًا بإحدى يديك.





2 **خذي نفَسًا عميقًا** ثمّ أطبقي شفتيك حول فم الطفل وانفخي بثبات في رئتيه إلى أن ترَي صدره يرتفع. ارفعي فمك وراقبي الصدر ينخفض. يسمّى هذا نفَسًا فعّالًا.

3 **إذا لم يرتفع الصدر** فغيّري وضعيّة رأس الطفل للتأكّد من أنّ مجرى الهواء مفتوح، وافحصي الفم بحثًا عن انسدادٍ ما. حاولي من جديد حتّى خمس مرّات. توقّفي حالما تنجحين بإعطاء نفَسين فعّالَين.

تحذير

• إذا بقيتِ عاجزة عن إدخال النفَس بعد خمس محاولات انتقلي إلى تحرّي علامات الدوران.

• إذا لم تستطيعي إدخال النفَس وكنت تعلمين أنّ الطفل اختنق بشيءٍ ما فلا تفحصي الدوران، بل ابدأي بالإنعاش القلبيّ الرئويّ فورًا (الصفحة المقابلة).

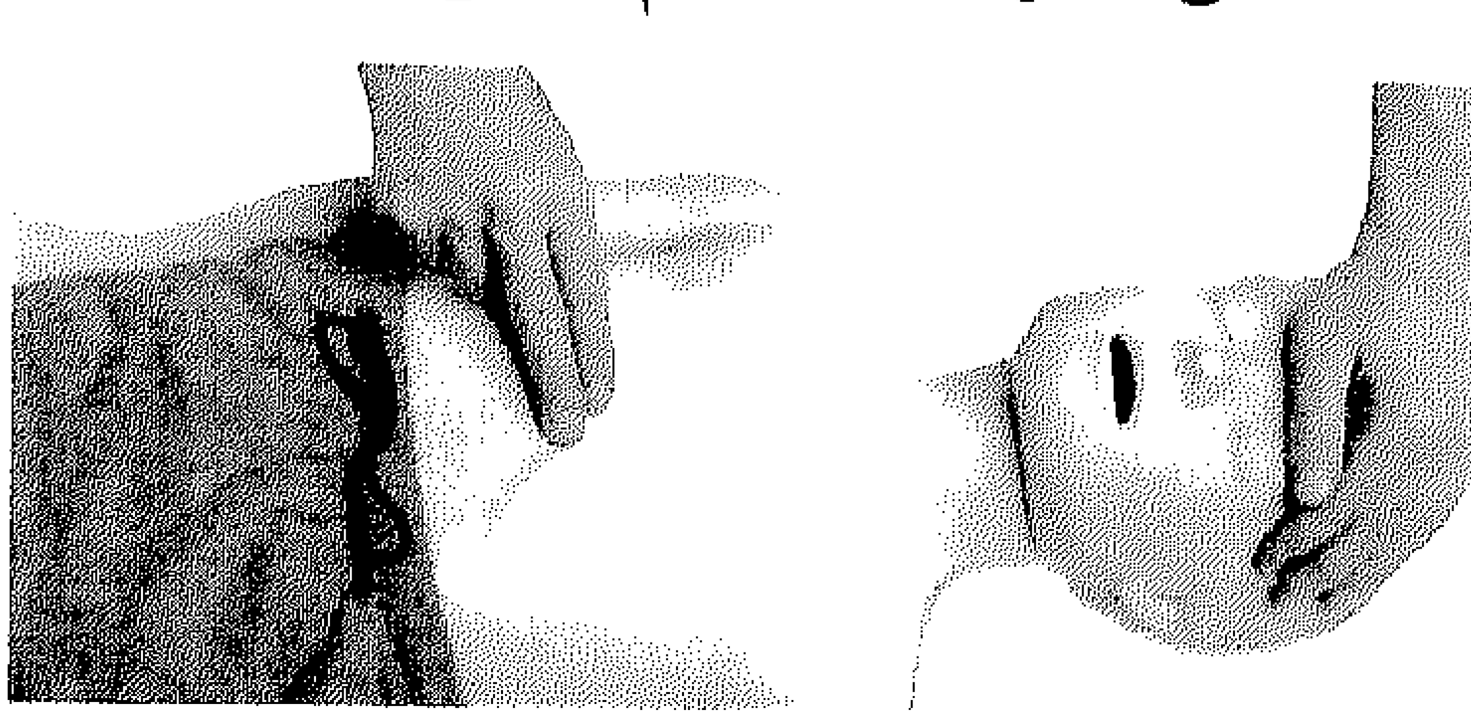
4 **تحرَّي علامات الدوران.** ضعي أذنك بالقرب من وجه الطفل ثانيةً وانظري إلى الصدر بحثًا عن علامات على الحركة أو التنفّس أو السعال. لا تنظري لأكثر من 10 ثوانٍ.

5 **إذا رأيت علامات على الدوران** استمرّي بالتنفّس الإسعافيّ لمدّة دقيقة واحدة - وبمعدّل حوالى 20 نفسًا في الدقيقة - ثمّ كرّري فحص الدوران. وإذا بدأ الطفل بالتنفّس ضعيه في وضعيّة الإفاقة (ص 19) بانتظار سيّارة الإسعاف.

6 **إذا لم يكن من علامات** على الدوران، ابدأي بعمليّة الإنعاش القلبيّ الرئويّ (انظري الصفحة المقابلة)، للحفاظ على شيء من دوران الدم في جسم الطفل.

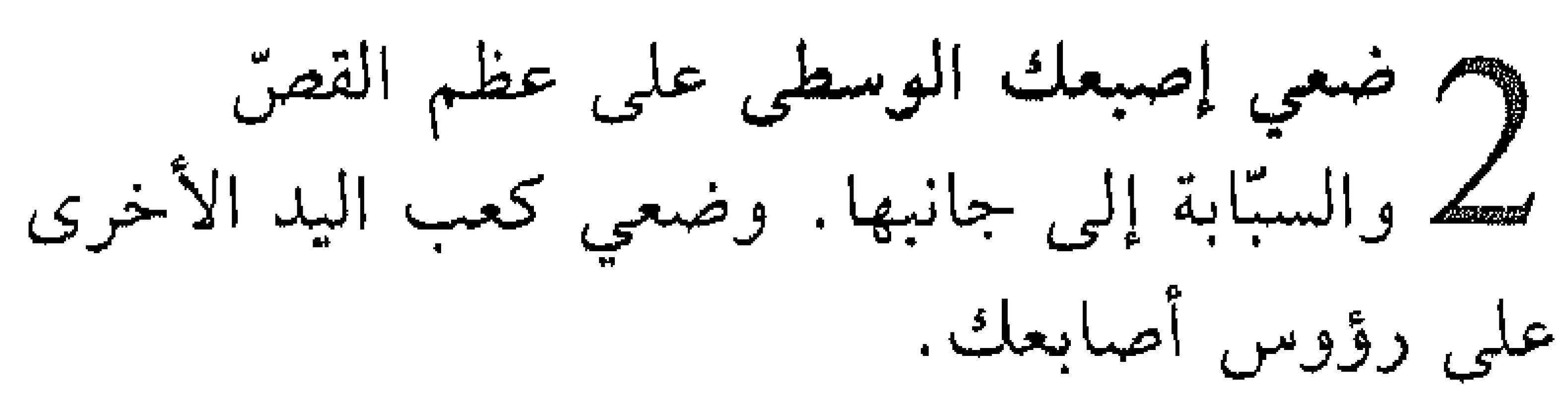
إجراء الإنعاش القلبيّ الرئويّ للطفل

يتألّف الإنعاش القلبيّ الرئويّ من ضغط على الصدر وتنفُّس إسعافيّ. وهو ضروريّ إذا لم يُبدِ الطفل أيّ علامات على وجود دوران الدم. فمن خلاله يمكن الحفاظ على بعض الدوران.

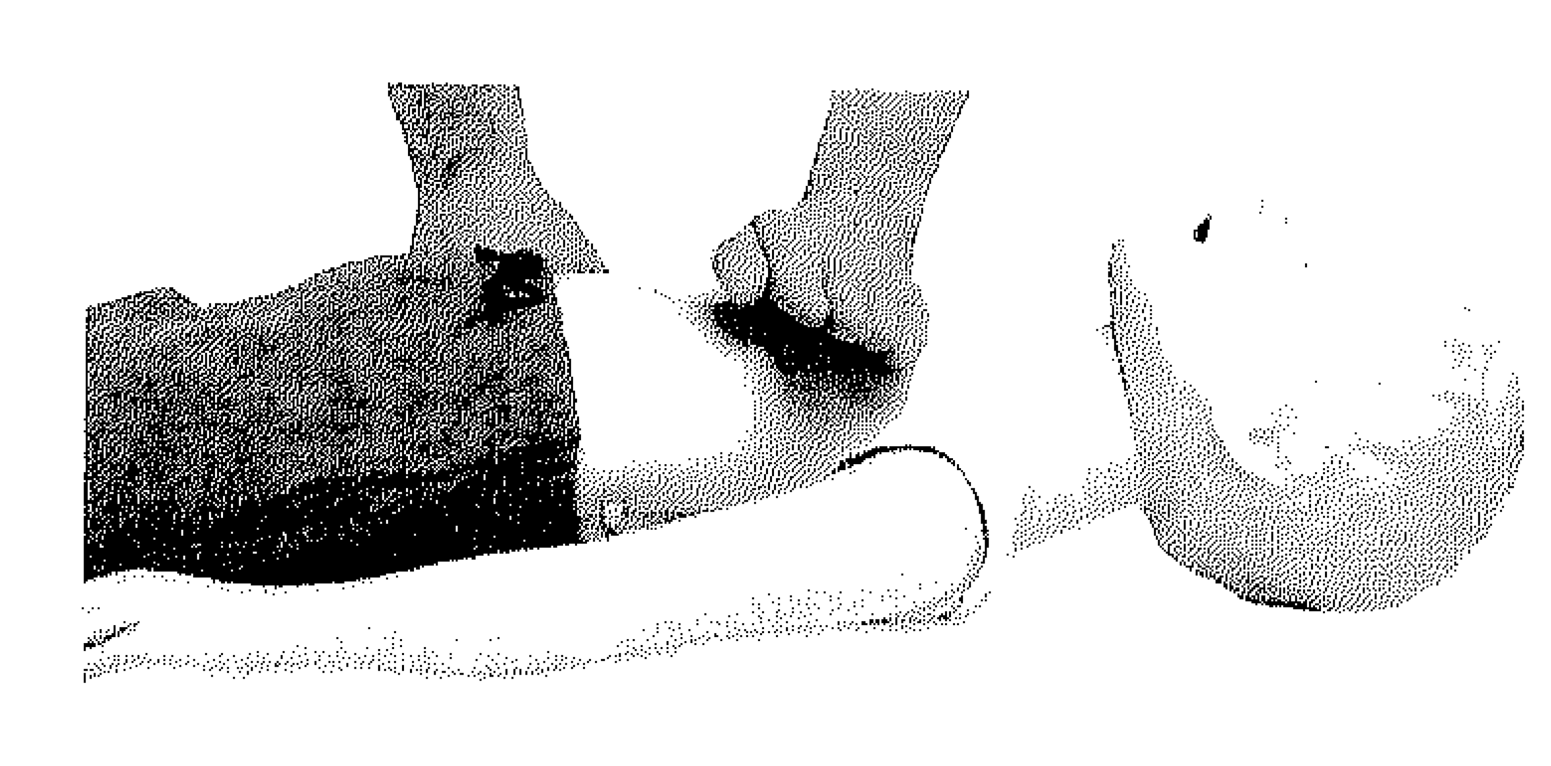


1 **ضعي الطفل** على سطح قاسٍ. ابحثي عن أدنى أضلاعه ومرّري رؤوس أصابعك على طول خطّ الأضلاع حتّى تصلي إلى مركز عظم القصّ.





2 **ضعي إصبعك الوسطى** على عظم القصّ والسبّابة إلى جانبها. وضعي كعب اليد الأخرى على رؤوس أصابعك.



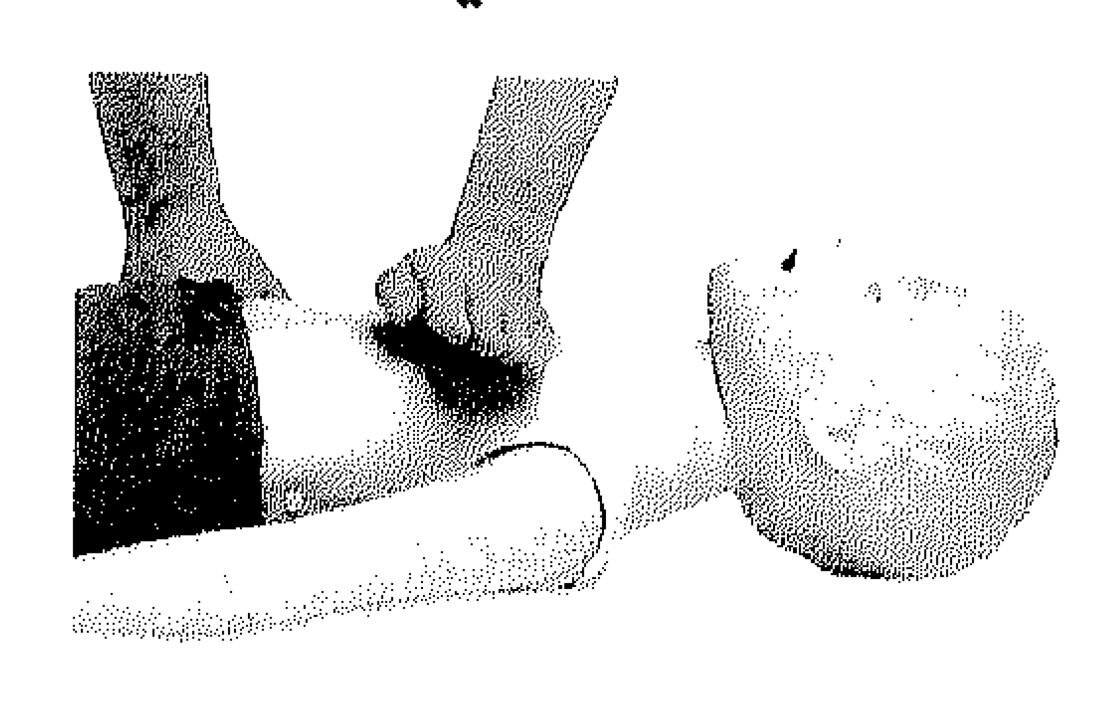
3 **احرصي على أن تكون كتفك** فوق مستوى يدك مباشرةً، وأبقي ذراعك مستقيمة ورؤوس أصابعك بعيدة عن الصدر، واضغطي على الصدر نحو الأسفل بحدّة لتخفيضه بمقدار ثلث عمقه تقريبًا. أوقِفي الضغط (ولكن من دون رفع يدك). كرّري هذه العمليّة خمس مرّات بمعدّل نحو 100 ضغطة في الدقيقة.



4 **ثمّ أعطي الطفل نفَسًا إسعافيًّا واحدًا** كما هو موصوف على الصفحة المقابلة.

استمرّي بالضغط الصدريّ والتنفّس الإسعافيّ

استمرّي بإعطاء خمس ضغطات صدريّة ونفَس إسعافيّ واحد بهذا المعدّل حتّى تصل سيّارة الإسعاف، أو يبدأ الطفل بالحركة أو التنفّس، أو تنهكي بحيث لا تستطيعين الاستمرار.



خمس ضغطات

نفَس إسعافيّ واحد

صعوبات التنفّس

إنّ أيّ إعاقة لقدرة الرضيع أو الطفل على التنفّس يجب أن تعالج فورًا من أجل الحفاظ على إمداد الجسم بالأكسجين.

اختناق الرضيع

قد يحدث الاختناق عندما يعلق جسم غريب في الحلْق ويسدّ مجرى الهواء أو يسبّب تشنّجًا عضليًّا. وقد يختنق الرضيع بقطعة طعام كبيرة جدًّا أو بشيء وضعه في فمه. ويجب أن تتصرّفي بسرعة وإلّا فقد يتوقّف التنفّس. استخدمي هذا الأسلوب للرضّع تحت عمر الـ 12 شهرًا.

الأعراض

- صعوبة تنفّس كثيرًا ما تعطي صوت أزيز عالي الطبقة
- يحاول البكاء ولكنّه يُصدر أصواتًا غريبة جدًّا أو لا يُصدر أيّ صوت
- بداية ازرقاق، يكون واضحًا بالأخصّ حول الشفتين

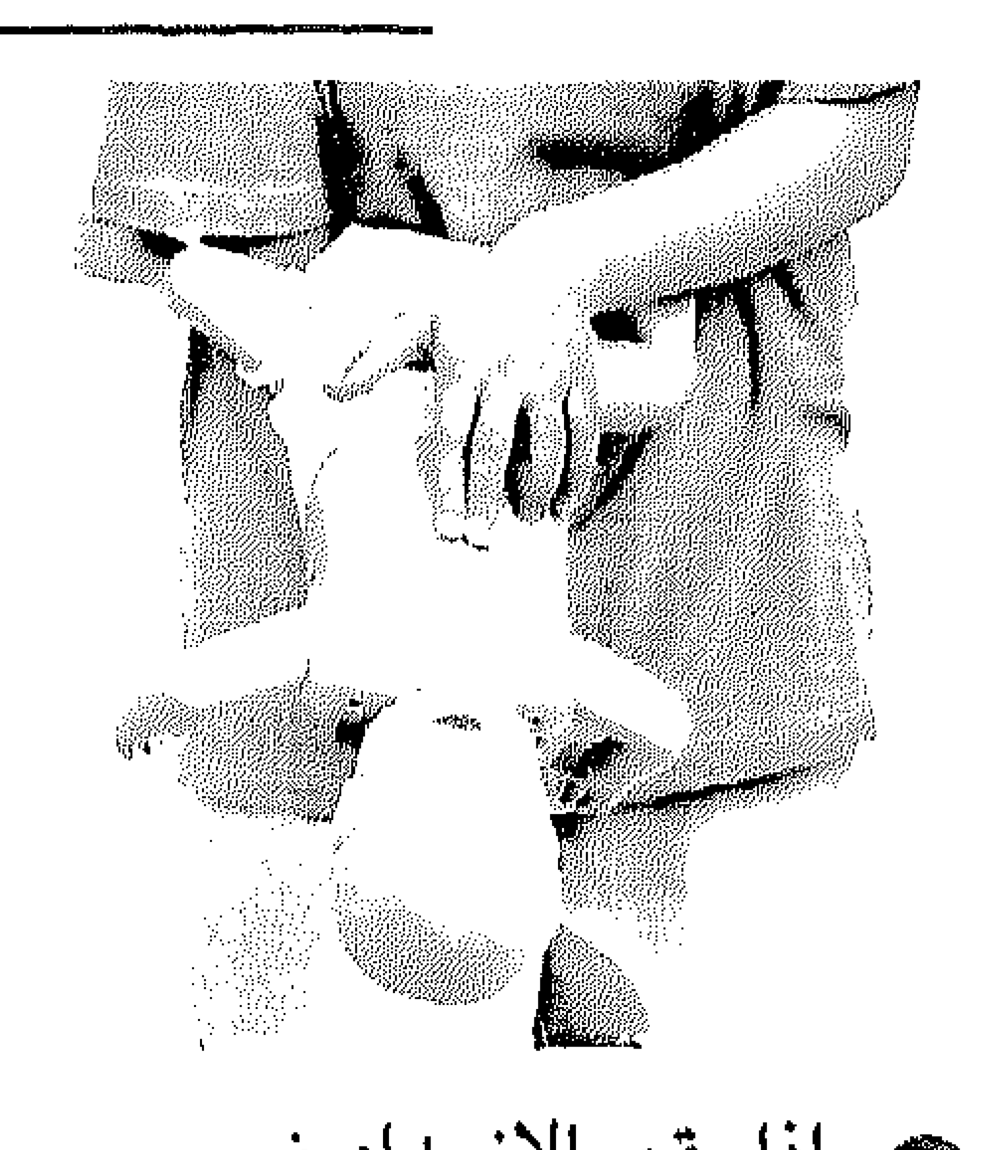
تحذير

- إيّاكِ أن تضعي أصابعك في فم الرضيع أو تتحسّسي وجود جسم لا تستطيعين رؤيته.
- إذا فقدَ الرضيع وعيه فتوقّفي وانتقلي إلى ص 16. ثمّ تابعي علاج الرضيع الفاقد وعيه.

1 **إذا بدا الضيق على الرضيع** ضعي وجهه نحو الأسفل على طول ساعدك وأنت تسندين رأسه وعنقه (ضعيه على حضنك إذا كان ثقيلًا جدًّا).



2 **أعطيه حتّى خمس صفعات** حادّة على ظهره براحة يدك. اقلبيه على ذراعك الأخرى وافحصي فمه. اسحبي أيّ شيء يمكنك رؤيته بوضوح.



3 **إذا بقيَ الانسداد** ضعي إصبعين على الجزء السفليّ من عظم القصّ تحت مستوى خطّ الحلمتين بنحو عرض إصبع واحدة وأعطيه حتّى خمس دفعات نحو الأسفل والأمام – أي نحو الفم (دفعات صدريّة). ثمّ افحصي الفم ثانيةً.



4 **إذا بقيَ الانسداد** فكرّري خمس صفعات ظهريّة ثمّ خمس دفعات صدريّة. افعلي ذلك حتّى ثلاث مرّات (وافحصي الفم بين كلّ مجموعتين). ثمّ استدعي سيّارة الإسعاف إذا لم يكن أحد آخر قد استدعاها بدلًا منك. واستمرّي حتّى وصول المساعدة.

اختناق الطفل

قد يختنق الأطفال الصغار بسهولة بقطعة طعام لم يمضغوها بشكلٍ جيّد، أو لأنّ لديهم عادة وضع أشياء صغيرة مثل اللُّعَب في فمهم. استخدمي الأسلوب التالي للطفل الذي تجاوز عمر الـ 12 شهرًا.

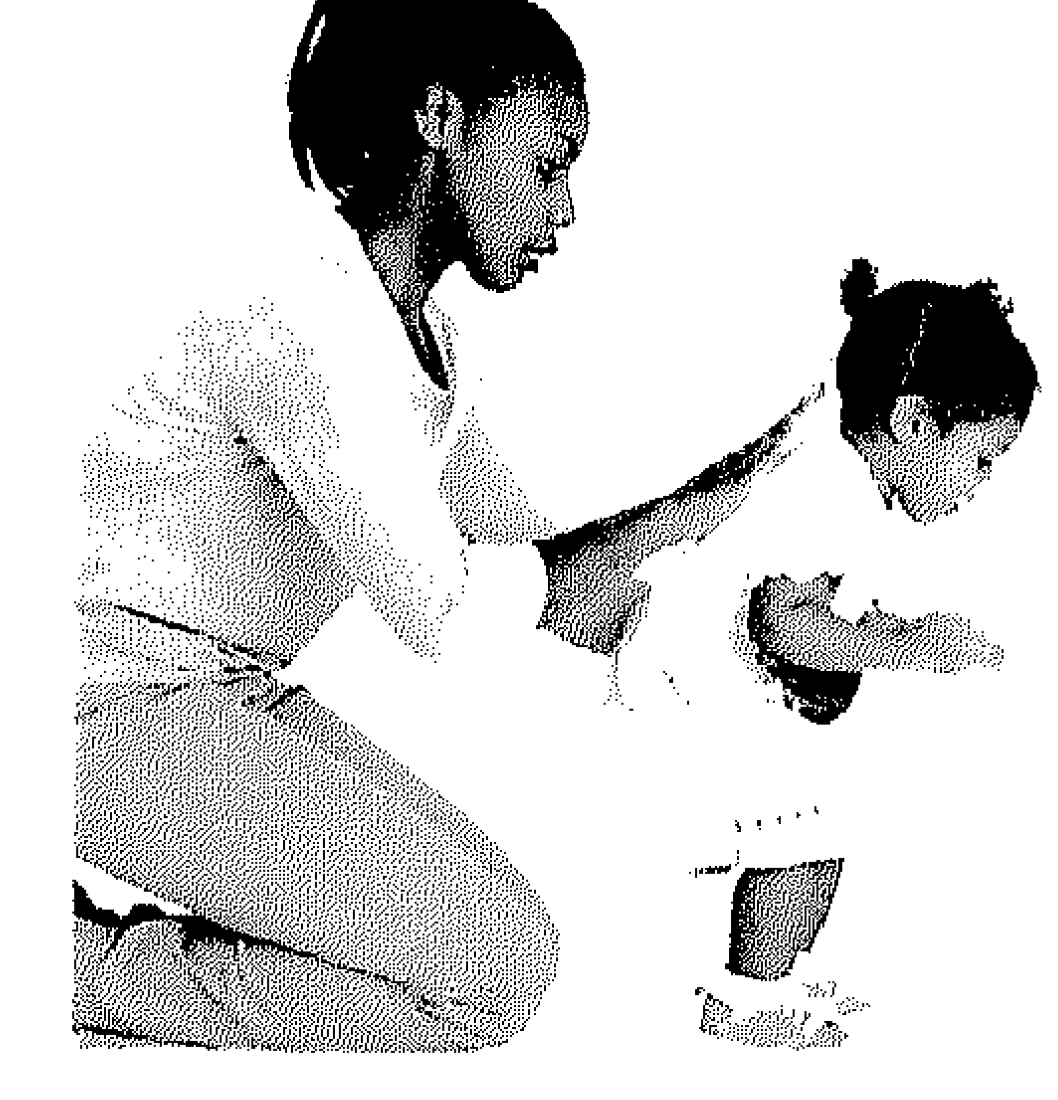
الأعراض

- صوت أزيز عالي الطبقة
- محاولات للسعال
- صعوبة تكلُّم ثمّ تنفُّس
- بداية ازرقاق، يظهر بالأخصّ حول الشفتين

1 **شجّعي الطفل على السعال** إذا كان يستطيع ذلك، لأنّ هذه هي أكثر طريقة فعّالة لفتح الانسداد.

تحذير

- إيّاكِ أن تضعي أصابعك في فم الطفل لتحسُّس جسم لا تستطيعين رؤيته.
- إذا فقدَ الطفل وعيه أوقفي تتابُعَ العلاج هذا وانتقلي إلى ص 19 واتبعي علاج الطفل الفاقد وعيه.


2 **إذا بدأ الطفل يصبح ضعيفًا** قِفي أو اركعي بجانبه وساعديه في الانحناء نحو الأمام. اسنديه حول خصره بإحدى يديك وأعطيه حتّى خمس صفعات حادّة على القسم العلويّ من ظهره بيدك الأخرى. افحصي فمه واسحبي أيّ شيء يمكنك رؤيته بوضوح.

3 **أعطيه دفعات صدريّة إذا ظلّ** يختنق. قِفي أو اركعي خلفه. ضمّي قبضة إحدى يديك وضعيها وإبهامها نحو الداخل على النصف السفليّ لعظم القصّ. اقبضي على قبضتك بيدك الأخرى واسحبيها بحدّة نحو الداخل والأعلى. افعلي ذلك حتّى خمس مرّات. انظري داخل الفم من جديد.

4 **جرّبي الدفعات البطنيّة إذا** بقيَ الطفل يختنق. في هذه المرّة ضعي قبضتك وإبهامها نحو الداخل على القسم العلويّ من بطن الطفل واسحبي بحدّة نحو الداخل والأعلى حتّى خمس مرّات. انظري في فمه من جديد.

5 **إذا استمرّ الانسداد** كرّري سلسلة الصفعات الظهريّة والدفعات الصدريّة والبطنيّة حتّى ثلاث مرّات، ثمّ استدعي سيّارة الإسعاف. واستمرّي بالتسلسل نفسه حتّى وصول المساعدة.

الرَّبو

الربو مرض مزمن شائع في سنّ الطفولة، قد يكون ردّ فعل أرَجيًّا وتسبّبه محرّضات مختلفة. وأعراض الربو - أي السعال والأزيز وضيق النفَس - ناتجة عن تضيّق المجاري الهوائيّة (القصبات). وقد تكون نوبة الربو مخيفة جدًّا للطفل، لأنّ الشعور بالاختناق قد يسبّب الهلَع، فيزيد التنفّس صعوبة.

1 **ابقَي هادئة قدر الإمكان** لكي تستطيعي تهدئة طفلك - فقد يُرعبه ما يحدث.

2 **أعطي طفلك** بخّة من الدواء الذي يخفّف أعراضه أو من مِنشَقة إذا كانت لديه واحدة.

3 **إذا حدثت النوبة** وطفلك في السرير أجلسيه مسنودًا بالوسادات. وإلّا اجعليه يجلس على كرسيّ وهو منحنٍ نحو الأمام على طاولة أو على ظهر كرسيّ آخر لرفع الثقل عن صدره. يسمح هذا الأمر لعضلات الصدر بدفع الهواء بشكل أكثر فعاليّة.

الأعراض

- صعوبة في التنفّس
- أزيز عند الزفير
- سعال
- تعب وقلق
- مسحة زرقاء على الوجه والشفتين

تحذير

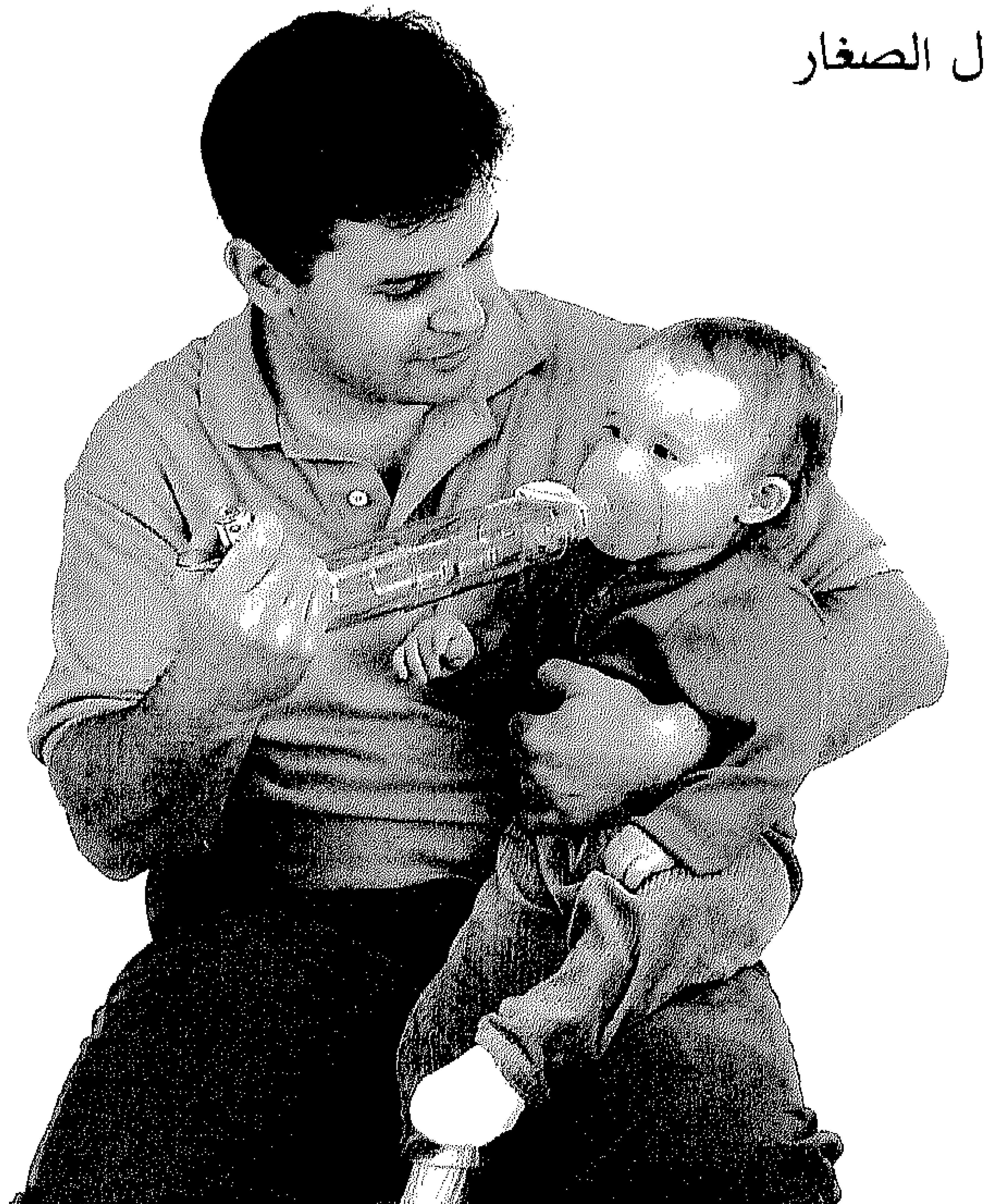
- استدعي سيّارة الإسعاف فورًا إذا كانت هذه هي النوبة الأولى للطفل، أو كانت شديدة ولا تستجيب للعلاج.

إعطاء أدوية الرَّبو للرضّع والأطفال الصغار

1 **أدخلي وعاء الاستنشاق** بالمِنشَقة حسب تعليمات الطبيب. تأكّدي من أنّهما يعملان بهزّ المِنشَقة وضغطها نحو الأسفل.

2 **احملي طفلك** على حضنك. ضعي القطعة الفمويّة في فمه أو القناع على وجهه.

3 **اضغطي المِنشَقة** وثبّتي وعاء الاستنشاق في مكانه إلى أن يكون الطفل قد أخذ خمسة أنفاس عميقة. ويجب أن يضمن هذا الأمر أنّه قد استنشق كلّ الدواء.



الخانوق

يُطلَق اسم الخانوق على الصوت الصادر عندما يُستنشق الهواء عبر رُغامى متضيّقة مارًّا بحبال صوتيّة ملتهبة. وهو لا يحدث عادةً إلّا عند الأطفال الصغار، لأنّهم معرّضون له بسبب ضيق مجاريهم التنفّسيّة (القصبات) وانسدادها بالمُخاط عندما تلتهب - وكثيرًا ما يكون ذلك بسبب ڤيروس مثل الزُّكام أو عدوى مثل التهاب القصبات. قد يحدث الخانوق أيضًا بسبب استنشاق جسم غريب. إذا كان الخانوق شديدًا ومترافقًا بحمّى فاستدعي سيّارة الإسعاف لأنّه في حالات نادرة قد يكون سببه التهاب الفَلْكة (التهاب اللِّسان المِزماريّ).

قد تحدث النوبة الأولى من الخانوق بسرعة، في اللّيل عادةً، وقد تستمرّ بضع ساعات. فيصاب الطفل بسُعال مثل صوت النقيق وتنفّس مجهد.

الأعراض

- سُعال بصوت النقيق
- صعوبة وأزيز عند الشهيق
- لون الوجه يصبح ميّالًا للرماديّ أو أزرق

تحذير

- اتّصلي بالطبيب فورًا إذا صار جلد طفلك رماديًّا أو أزرق وكان يجاهد ليتنفّس. تحدّثي مع طبيبك بأسرع وقت ممكن وأخبريه بأنّ طفلك مصاب بنوبة من الخانوق.



تحذير

- إذا كان طفلك مصابًا بنوبة شديدة من الخانوق قد يصاب بصعوبة في التنفّس. ويجب أن يُعالَج هذا الأمر كحالة إسعافيّة.

1 **ابقَي هادئة** وحاولي أن تهدّئي طفلك كي لا يصاب بالهلع فيصبح تنفّسه أصعب.

2 **الهواء الرطب يلطِّف** المجاري الهوائيّة لطفلك. إذا كان الهواء في الخارج باردًا ورطبًا خذيه إلى النافذة واجعليه يستنشق نفَسًا عميقًا من الهواء، أو خذيه إلى الحمّام وافتحي صنابير الماء الحارّ لصنع جوّ من البخار.

3 **اسندي طفلك منتصبًا** في السرير بالمِخدّات أو احمليه على حضنك. فالأسهل له أن يتنفّس إذا كان جالسًا. إنّ وجود منشفة رطبة قرب المِشعاع (جهاز التدفئة) يساعد في إبقاء هواء الغرفة رطبًا.

الاختناق

إنّ الاختناق لسببٍ داخليّ أو خارجيّ قد يمنع الطفل من التنفّس. ففي الاختناق الخارجيّ يعلق شيء ما حول عنق الطفل فيضيّق المجاري الهوائيّة. وفي الاختناق الداخليّ يحدث انسداد يمنع دخول الهواء إلى الجسم. وقد يكون ذلك شيئًا على الوجه أو ثقلًا على الصدر أو البطن. كما أنّ دخان التبغ والأدخنة الأخرى قد تمنع الهواء من الوصول إلى الجسم.

1 **أزيلي السبب المؤدّي لتوقّف تنفّس الطفل.** فإذا كان السبب داخليًّا فإنّ مجرّد إزالة الانسداد قد تسمح له بالتنفّس من جديد. وإذا كانت رقبته عالقة فاحرصي على سند جسمه أثناء تحرير عنقه.

2 **افتحي مجرى الهواء.** ضعي يدك على جبين الطفل وأميلي الرأس نحو الخلف. ارفعي الذقن بإصبعين من يدك الأخرى لفتح مجرى الهواء.

3 **انظري وأنصتي** لتحرّي التنفّس لمدّة 10 ثوانٍ.

4 **إذا كان لا يتنفّس** أعطيه تنفّسًا إسعافيًّا (ص 17، 20).

5 **إذا كان يتنفّس** ضعيه في وضعيّة الإفاقة (ص 18–19) واستدعي سيّارة الإسعاف. ابقَي معه واستمرّي بفحص تنفّسه ونبْضه حتّى وصول المساعدة.

احملي الطفل في وضعيّة الإفاقة

إجراءات وقائيّة

- لا تضعي مِخدّة في سرير رضيع يقلّ عمره عن 12 شهرًا لأنّها قد تخنقه. وإذا أردت أن ترفعي رأسه ضعي مخدّة تحت الفرشة.
- لا تستخدمي لحافًا للطفل قبل عمر 12 شهرًا، فقد يعلق تحته ويختنق.
- لا يجوز أن تكون للُعَب السرير شرائط أطول من 30 سم.
- أبقي أكياس البلاستيك بعيدًا عن متناول الطفل. وإذا اشتريت لعبة ملفوفة بكيس بلاستيكيّ فافتحيها أنت بدلًا من طفلك وارمي الكيس.
- لا تستخدمي واقيات الصدمة في السرير وإيّاكِ أن تتركي أغطية بلاستيكيّة على الفرشات.

الغَرَق

قد يغرق الرضيع أو الطفل في ماء لا يتجاوز عمقه 2,5 سم، مثل أن يقع في حمّامه أو ينزلق في بركة ضحلة. وحتّى سطل الماء قد يشكّل خطرًا. وإذا لم يُسعَف الطفل الغريق بسرعة فإنّه يختنق.

إذا كان الطفل فاقدًا وعيه

1 **أخرجي الطفل** من الماء بأسرع ما يمكن. احمليه ورأسه أدنى من صدره من أجل تخفيف خطر استنشاق الماء أو القيء.

2 مدّديه على ظهره على معطف أو حرام أو بساط. افحصي حالته (ص 16 للرضّع، ص 19 للأطفال). كوني مستعدّة للبدء بالإنعاش إذا اقتضت الحاجة. وقد تضطرّين للتنفّس بصورة أثبت وأبطأ من الطبيعيّ من أجل رفع صدره - لأنّ الماء في الرئتين قد يزيد المقاومة للتنفّس الإسعافيّ.

3 **حالما** يتنفّس الطفل انزعي ثيابه الرطبة وغطّيه بمنشفة جافّة أو حرام جافّ. ضعيه في وضعيّة الإفاقة (ص 18–19) واستدعي سيّارة الإسعاف.

4 **حتّى إذا** بدا أنّ الطفل قد أفاق تمامًا استدعي سيّارة الإسعاف. فإذا دخلت أيّة كمّيّة من الماء إلى الرئتين قد تسبّب تهيّجًا وتبدأ المجاري الهوائيّة بالانتفاخ بعد بضع ساعات. وقد تكون هناك أيضًا حاجة لمعالجة هبوط الحرارة عند الطفل.



احملي الطفل ورأسه أدنى من صدره

إجراءات وقائيّة

- إيّاكِ أن تتركي الرضيع أو الطفل وحده في الحمّام، فقد يسقط أو ينزلق تحت الماء ويغرق حتّى في عمق 2,5 سم. وإذا غادرت الغرفة فخذيه معك.
- إذا كان لديك حوض سباحة أو بركة وكان طفلك دون عمر الثانية فأفرغيه من الماء أو غطّيه أو ضعي حاجزًا حوله.
- إيّاكِ أن تتركي الرضيع أو الطفل يلعب وحده في الماء أو قربه.
- إذا كان لديك حوض ماء قليل العمق في حديقتك فأفرغيه من الماء بعد استخدامه.
- ثبّتي لجميع أوعية جمع الماء مثل الدِّلاء غطاءً مُحكمًا بحيث لا يمكن للطفل أن يسقط فيها.

جُرْح الصَّدر

قد يسبّب جرح الصدر أذيّة خطيرة، خصوصًا للرئتين. وقد يصاب الطفل بمشاكل تنفّسيّة وانخماص رئة وصدمة بعد الإصابة الصدريّة. وأهمّ شيء هو تغطية الجرح بغطاء مُحكَم يمنع الهواء من دخول تجويف الصدر بانتظار وصول المساعدة.

1 **استدعي سيّارة الإسعاف.**

2 **ضعي راحة يدك على الجرح** وارفعي الطفل واسنديه في وضعيّة نصف منتصبة.

3 **ضعي رفادة نظيفة** أو ضمادة معقّمة على الجرح وثبّتيها جيّدًا بشريط لاصق من ثلاثة جوانب.

4 **لعزل الجرح** عن الهواء غطّي الضمادة بغشاء رقيق من النايلون وثبّتيه في مكانه بشريط لاصق من ثلاثة جوانب.

تحذير

إذا فقدَ الطفل وعيه
- قيّمي حالته.
- كوني مستعدّة للإنعاش.
- تحرّي وجود الصدمة.

5 **استمرّي بفحص** حالة طفلك (انظري: مراقبة العلامات الحيويّة ص 12) وكوني مستعدّة للإنعاش. تحرّي وجود علامات الصدمة (ص 30).

6 **إذا فقدَ طفلك وعيه** واحتجتِ لوضعه في وضعيّة الإفاقة (ص 18–19) فمدّديه على جانبه المصاب.

صعوبة التنفّس عقب خَبْطة

هي مشكلة تنفّسيّة مؤقّتة سببها ضربة على القسم العلويّ من البطن تؤدّي إلى اضطراب عمل وصلة عصبيّة قريبة.

أجلسي طفلك وأرخي الملابس حول خصره أو صدره وطمئنيه. وهذه حالة يتعافى منها سريعًا.



ردّ فعل أرَجيّ شديد

يُعرف هذا أيضًا بالصدمة الاستهدافيّة، وهو ردّ فعل أرَجيّ خطير ومهدِّد للحياة قد يحدث خلال دقائق قليلة من حقن دواء معيّن أو لسعة حشرة أو كائن بحريّ أو تناول طعام معيّن. فالمعروف عن الفول السودانيّ مثلًا أنّه قد يسبّب الصدمة الاستهدافيّة. قد تحدث الأعراض كلّها فورًا ويفقد الطفل وعيه بسرعة. وهذه حالة طبّيّة إسعافيّة لا بدّ فيها من طلب المساعدة في الحال.

الأعراض

- صوت أزيز عالي الطبقة
- محاولات للسعال
- صعوبة التكلّم ثمّ التنفّس
- بداية ازرقاق يظهر خصوصًا حول الشفتين

1 **استدعي سيّارة الإسعاف.** إذا كان طفلك قد أصيب بردّ الفعل هذا من قبل يكون لديه أدوية يأخذها في حالة حدوث نوبات أخرى. استخدمي تلك الأدوية حالما تبدأ النوبة واتبعي تعليمات الطبيب بدقّة.

2 **ساعدي طفلك** في اتّخاذ وضعيّة مريحة تخفّف صعوبة تنفّسه بأكبر قدر ممكن وأرخي الملابس الضيّقة حول عنقه وخصره إن وُجِدت. هدّئيه وطمئنيه بانتظار وصول المساعدة الطبّيّة.

3 **إذا فقدَ** الطفل وعيه فافتحي مجرى الهواء وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضّع، ص 20 للأطفال).



الصدمة

تدلّ كلمة صدمة في المجال الطبّيّ على حالة خطيرة يعجز فيها جهاز دوران الدم عن أداء وظيفته بسبب قلّة السوائل في الجسم. وأكثر أسباب الصدمة شيوعًا هي النَّزْف والحروق الشديدة.

علاج الصدمة

بعد دفق أوّليّ من الأدرينالين يسحب الجسم الدم من الجلد لتغذية الأعضاء الحيويّة - فيتحسّن إمداد الدماغ بالأكسجين.

1 **اطلبي إن أمكن من شخصٍ آخر أن يستدعي سيّارة الإسعاف** بينما تبقين أنت مع طفلك. مدّدي الطفل مبقيةً رأسه منخفضًا لتحسين إمداد الدماغ بالدم. عالجي السبب إن كان واضحًا، مثل النزف الشديد.

2 **ارفعي ساقَي الطفل** واسنديهما بمِخدّات أو على وسادة فوق كومة من الكتب.

3 **أرخي الألبسة الضيّقة** إن وُجِدت حول العنق والصدر والخصر لتسهيل التنفّس.

4 **غطّي طفلك بحرام** أو معطف لإبقائه دافئًا. لا تستخدمي كيس ماء حارّ أو أيّ مصدر آخر مباشر للحرارة.

5 **استمرّي في التحدّث إلى طفلك** وفَحْص حالته بانتظار وصول سيّارة الإسعاف. وإذا فقدَ وعيه فافتحي مجرى الهواء وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضيع، ص 20 للطفل).

6 **لا تعطي الطفل أيّ** طعام أو شراب. وإذا شكا من العطش فيكفي أن ترطّبي شفتَيه بالماء.

الأعراض

العلامات المُبكرة للصدمة

- جلد شاحب وبارد ومتعرّق، كثيرًا ما يكون لونه مائلًا للرمادي خاصّةً حول الشفتين.
- نَبْض سريع يصبح أضعف
- تنفُّس سطحيّ وسريع

الأعراض مع تقدّم الصدمة

- انخماص اليافوخ
- هيَجان وتثاؤب وتنهّد
- عَطَش
- فقدان الوعي

الصدمة عند الرضّع

إذا كان الرضيع مصابًا بصدمة فاحمليه على حضنك وأنت ترخين ملابسه وتطمئنينه. وإلّا فعالجيه مثل علاج الطفل الأكبر (أعلاه). افحصي رأس الرضيع - من الأعراض الهامّة للصدمة عند الرضّع تحت عمر السنتين انخماص اليافوخ، أي البقعة الطريّة على قمّة الرأس التي لا تكون العظام قد التحمت فيها بعد.

النَّزْف الداخليّ

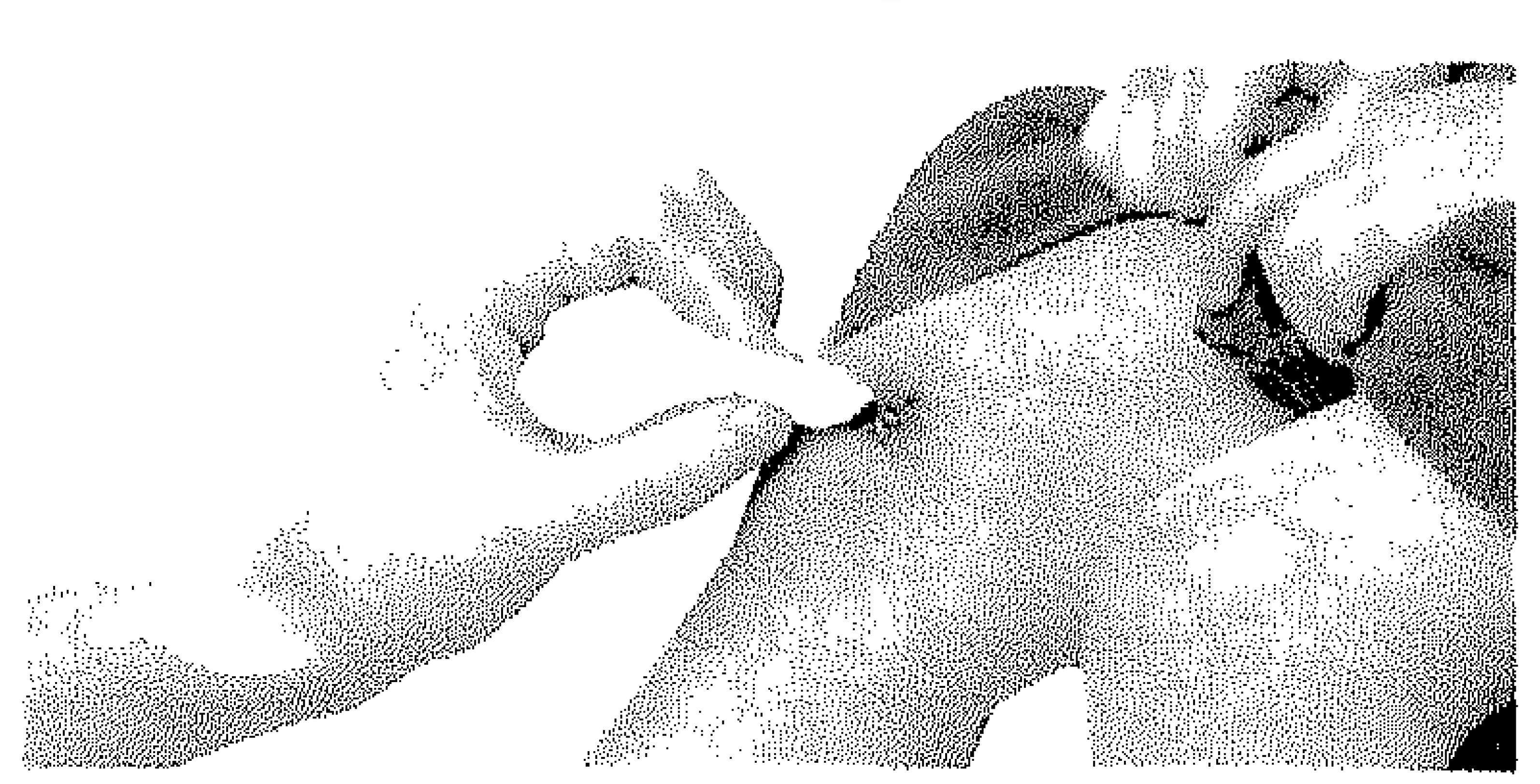
قد تنجم الصدمة عن النزف الداخليّ بعد إصابةٍ ما. فإذا بدت على طفلك أيّ من الأعراض المذكورة أعلاه، ولو لم يُبدِ علامات واضحة على الأذيّة، أو كان يشكو من ألم شديد في الصدر، أو كان هادئًا بشكل غير مألوف بعد حادثٍ ما، فعالجيه كما هو موصوف أعلاه وخذيه إلى المستشفى بأسرع ما يمكن.

الجروح والنَّزْف

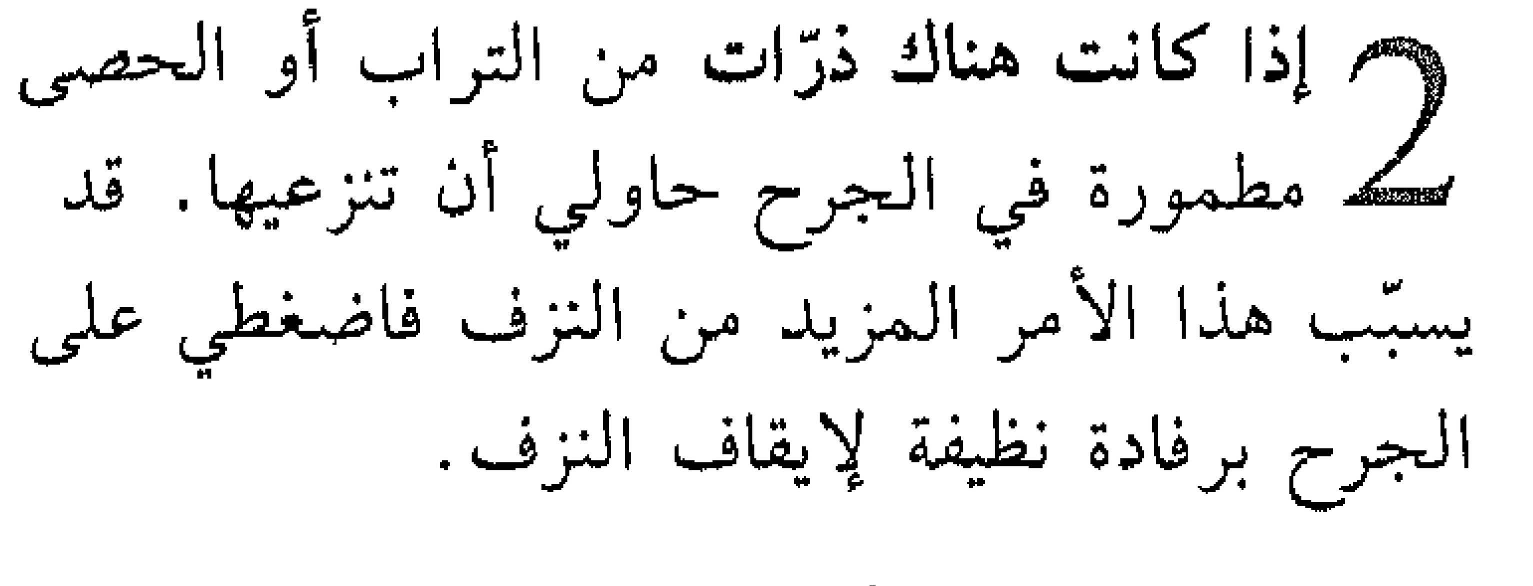
نادرًا ما تكون الجروح والسحجات خطيرة، وما لم تكن مصابة بعدوى، يمكن معالجتها في البيت. أمّا النزف الشديد إن كان خارجيًّا أو داخليًّا فقد يؤدّي إلى الصدمة وفقدان الوعي، وينبغي علاجه على أنّه حالة إسعافيّة طارئة.

الجروح والسحجات

لا يجب أن تحتاج الجروح السطحيّة لأكثر من التنظيف والتضميد. أمّا الجرح المثلّم والأعمق فقد يحتاج إلى قُطَب. وإذا كان الجرح عميقًا أو وسخًا فإنّه يحمل أيضًا خطر الإصابة بالكُزاز (التيتانوس).



1 **أجلسي طفلك** على كرسيّ أو امسكيه في حضنك. باستخدام رفادة شاش أو فرشاة طريّة جدًّا اغسلي السحجة بلطف بالصابون والماء. امسحي مبتعدةً عن الجرح واستخدمي قطعة نظيفة من الشاش لكلّ مسحة.



2 **إذا كانت هناك ذرّات** من التراب أو الحصى مطمورة في الجرح حاولي أن تنزعيها. قد يسبّب هذا الأمر المزيد من النزف فاضغطي على الجرح برفادة نظيفة لإيقاف النزف.

3 **استخدمي شريطًا لاصقًا عريضًا** بشكلٍ كافٍ لتغطية الجرح والمنطقة المحيطة به وضمّدي به الجرح والسحجة. لا تضعي قطنًا طبّيًّا ولا أيّ قماش أزغب على الجرح لأنّه يلتصق ويؤخّر الشفاء.

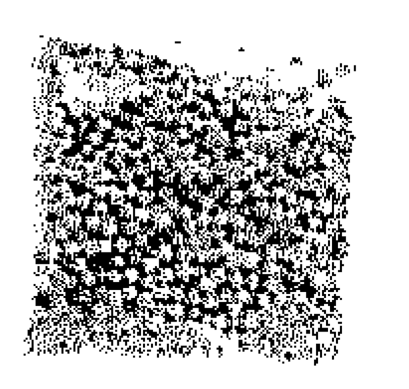
4 **إذا لم تستطيعي إزالة كلّ الوسخ** من الجرح فخذي الطفل إلى المستشفى.

الكدمات

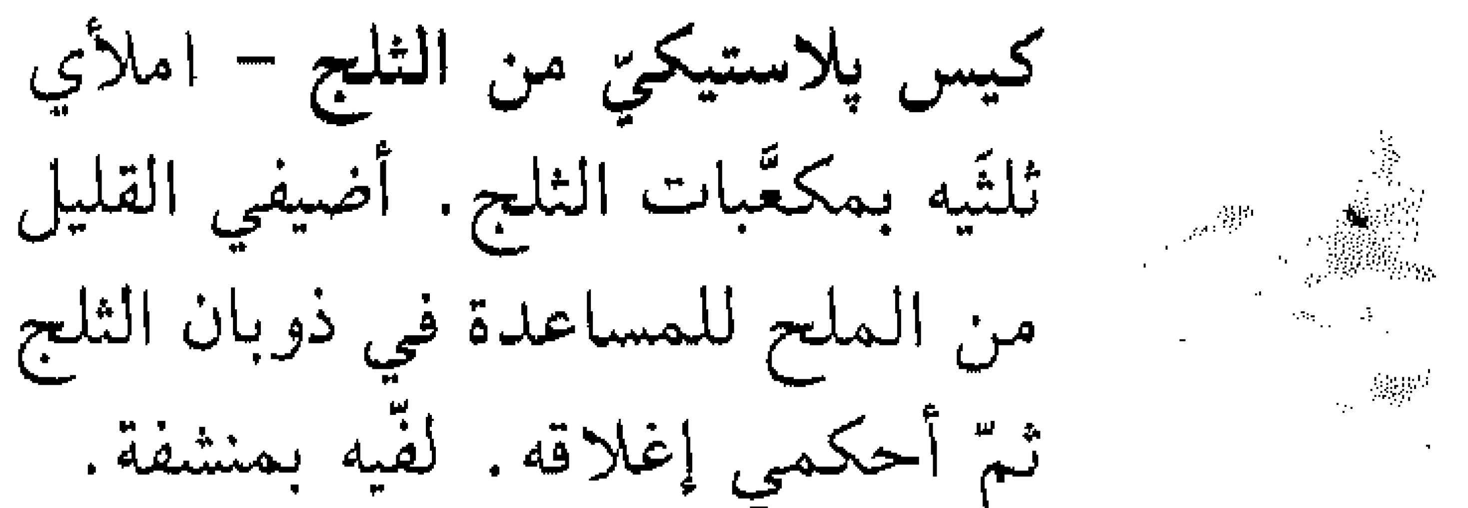
يكون وقوف الطفل ومشيه في بداياته مقلقلًا، فكثيرًا ما يصاب بالكدمات بسبب الضربات والسقوط. ونادرًا ما تكون هذه خطيرة، ولكنّ الراحة والتبريد ورفع العضو المصاب تخفّف الألم إن وُجِد.

1 **لتخفيف الورم والألم**، ضعي واحدة من كِمادات الضغط الباردة المقترحة (إلى اليسار) على المنطقة لمدّة 30 دقيقة. وإذا اقتضت الحالة ثبّتي الكمادة في مكانها برباط.

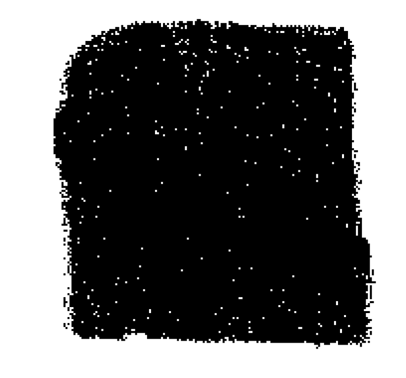
2 **استخدمي رفادة شاش نظيفة** أو فرشاة طريّة جدًّا لغسل السحجة بلطف بالصابون والماء الجاري إن أمكن.

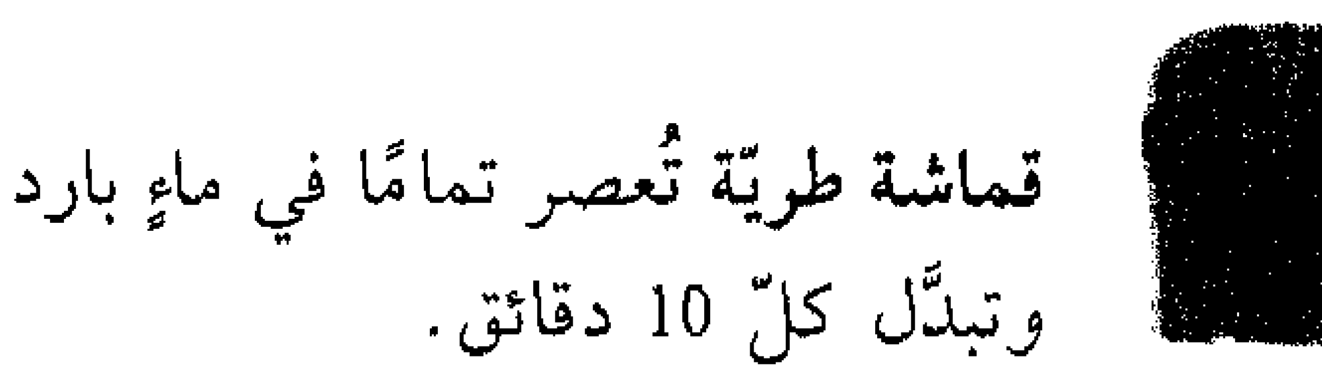


كيس من حبّات البازلّاء المجمّدة ملفوف في منشفة خفيفة.



كيس بلاستيكيّ من الثلج – املأي ثلثيه بمكعّبات الثلج. أضيفي القليل من الملح للمساعدة في ذوبان الثلج ثمّ أحكمي إغلاقه. لفّيه بمنشفة.





قماشة طريّة تُعصر تمامًا في ماءٍ بارد وتبدّل كلّ 10 دقائق.

جُرْح الفم

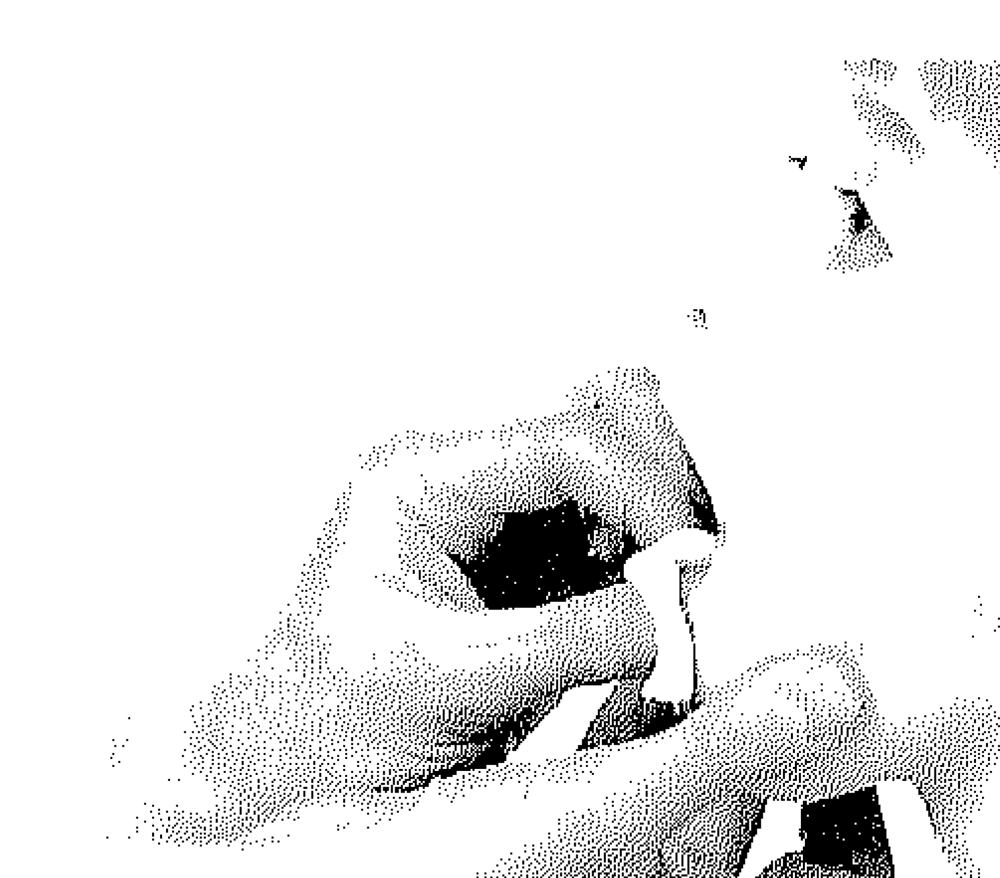
لا تشطفي الفم بالماء لأنّ ذلك قد يسبّب تخلخل جُلطة دمويّة. اتّصلي بالطبيب إذا لم يتوقّف النزف بعد 20 دقيقة.

1 **أجلسي طفلك ورأسه فوق** طاسة واطلبي منه أن يدع الدم يقطُر من فمه.

2 **ضعي** رفادة نظيفة على الجرح. اضغطيها بين إبهامك وسبّابتك لمدّة 10 دقائق. كرّري العمليّة إذا احتاج الأمر.

انقلاع سنّ

إذا قُلِعت إحدى أسنان الطفل حاولي أن تجديها لكي تتأكّدي من أنّه لم يبتلعها أو يستنشقها. لا يمكن إعادة زرع الأسنان اللبنيّة ولكنّك مع هذا تحتاجين إلى استشارة طبيب أسنان فوريّة وفحص عامّ للطفل.



1 **أجلسي طفلك** وضَعي رفادة نظيفة على اللِّثة. يجب أن تكون الرفادة أعلى من الأسنان لتسهيل إمساكها في مكانها.

2 **اطلبي من طفلك** أن يعضّ بشدّة على الرفادة. وقد تحتاجين إلى إمساكها في مكانها إذا كان الطفل صغيرًا جدًّا.

3 **خذي الطفل** إلى طبيب الأسنان واطلبي منه أن يفحص اللِّثة.

الرُّعاف (النَّزف الأنفيّ)

يحدث الرعاف إذا تمزّقت منطقة صغيرة من الأوعية الدمويّة داخل الأنف مباشرةً. وقد يحدث بسبب نفخ الأنف لتنظيفه أو العُطاس أو ضربة على الأنف أو وضع الإصبع فيه أو وجود جسم غريب. وليس الرعاف خطيرًا، ولكن إذا أُصيب الطفل برعاف متكرّر يصعب إيقافه فاستشيري الطبيب.

تحذير

- إذا استمرّ الرعاف لأكثر من 30 دقيقة أو أُصيب الطفل بضربة على رأسه وكانت هناك إفرازات مائيّة من أنفه فاستدعي سيّارة الإسعاف.

1 **أجلسي طفلك** ورأسه نحو الأمام فوق حوض. اطلبي منه أن يتنفّس من فمه. اضغطي على المنخرَين معًا بشدّة واقبضي على الجزء الطريّ من أنفه واضغطي لمدّة 10 دقائق.

2 **دعي الطفل يبصُق** الدم من فمه إن وُجِد. وإذا لم يتوقّف النزف اضغطي من جديد لمدّة 10 دقائق. كرّري العمليّة إذا اقتضى الأمر.

3 **إذا توقّف النزف** نظّفي الأنف بلطف بواسطة قطن طبّيّ وماء دافئ. دعيه يسترخي. لا تسمحي له بنفخ أنفه ولا وضع إصبعه فيه لمدّة ثلاث ساعات على الأقلّ لأنّه قد ينزف من جديد.

جُرْح العين

ينبغي علاج إصابة العين بأسرع ما يمكن لأنّها قد تسبّب عواقب بعيدة الأمد على بصر الطفل. لعلاج الأجسام الغريبة في العين انظري ص 45. لعلاج الحَرق الكيميائيّ في العين انظري ص 37.

1 **اجعلي الطفل مستلقيًا** بإمساكه إن كان رضيعًا أو تمديده إن كان طفلًا ورأسه على حضنك. شجّعيه على إبقاء عينيه ساكنتين.

2 **غطّي العين المصابة** بضمادة معقّمة.

3 **استدعي سيّارة الإسعاف.** أبقي الطفل مستلقيًا على ظهره حتّى وصول المساعدة.

جُرْح الأذن

قد ينزف جرح القسم الخارجيّ من الأذن نزفًا غزيرًا ويكون مؤلمًا جدًّا. إيّاكِ أن تحاولي وضعِ أيّ شيء داخل أذن الطفل لتنظيف الجرح.





1 **استخدمي قطعة** من شاش نظيف لتضغطي بلطف على الجرح وتوقفي النزيف. امسكيها لمدّة 10 دقائق.

2 **غطّي الأذن** بضمادة معقَمة واربطيها في مكانها.

3 **قد يحتاج الأمر إلى قُطَب** إذا نتج الجرح عن شدّ قرط، فخُذي الطفل إلى المستشفى.

تحذير

النّزف من داخل الأذن

- مدّدي الطفل بوصعيّة نصف جلوس ورأسه دائر نحو الجانب المصاب للمساعدة في تصريف الدم.
- ضعي رفادة نظيفة ماصّة على الأذن وثبّتيها برباط. لا تسدّي الأذن.
- استدعي الطبيب.

النّفطات

النفطة هي فقّاعة من الجلد مملوءة بالسائل سببها الحروق أو الاحتكاك أو التعرّض لدرجات شديدة من الحرّ والبرد. احمي النفطات ولكن إيّاكِ أن تفجّريها بنفسك لأنّ ذلك قد يسبّب العدوى.

1 **نظّفي النَّفطة** بعناية بالصابون والماء. اشطفي المنطقة وجفّفيها جيّدًا.

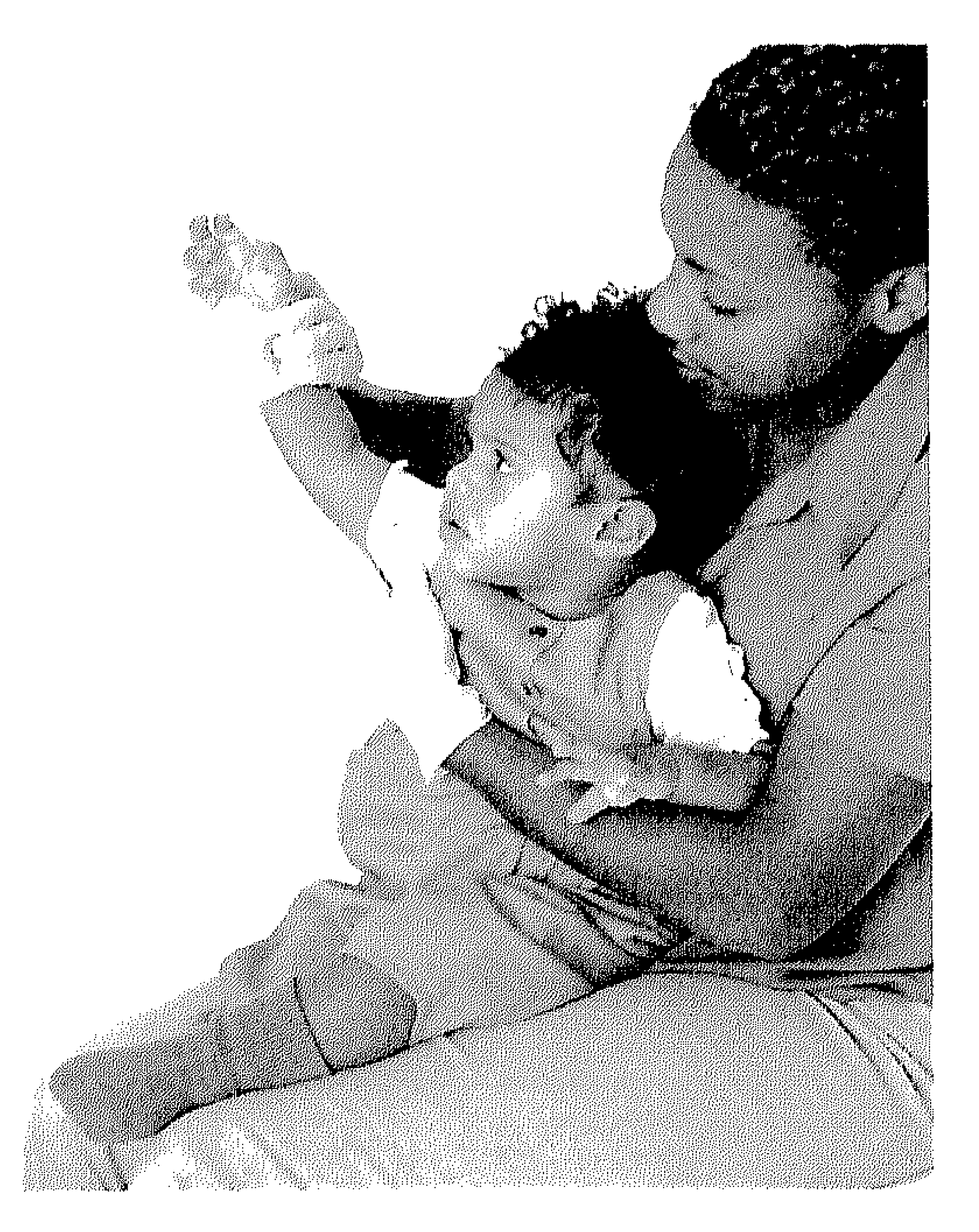
2 **احمي المنطقة بشريط طبّيّ لاصق** ذي رفادة كافية لتغطية النفطة كلّها.

3 **إذا لم تنفجر النفطة** أبقيها نظيفة وجافّة وغطّيها بضِمادة نظيفة من الشاش.

النَّزف الخطير

يحدث النزف عندما ينقطع أو يتمزّق أيّ من الأوعية التي تحمل الدم عبر الجسم. وقد يظهر خارجيًّا إذا أُصيب الجلد، لكنّه قد يحدث أيضًا داخليًّا. النزف الشديد خطير ومسبِّب للقلق في وقتٍ واحد ويجب أن يعالج كحالة إسعافيّة. فإذا فُقدَ الكثير جدًّا من الدم من جهاز الدوران قد لا يبقى ما يكفي منه لتزويد خلايا الجسم بالأكسجين، وقد يؤدّي ذلك إلى الصدمة وفقدان الوعي. عالجي النزف بسرعة كما هو موصوف أدناه وطمئني طفلك.





1 **اضغطي مباشرةً** على المنطقة المصابة. استخدمي أصابعك أو راحة يدك، أو ضعي رفادة نظيفة فوق الجرح واضغطي عليها. اضغطي بشدّة كافية لإيقاف النزف.

2 **ارفعي العضو المصاب** فوق مستوى قلب الطفل. غطّي الجرح بضمادة نظيفة غير زغباء وأكبر من الجرح نفسه، مع إبقاء الإصابة مرفوعة فوق مستوى القلب. لا تستخدمي القطن الطبّيّ أو مادّة زغباء لأنّها قد تلتصق بالإصابة.

3 **ثبّتي الضمادة** برباط مُحكَم فوق الإصابة، لكن ليس شديدًا إلى حدّ وقف مرور الدم. إذا خرج دم عبر الرباط ثبّتي ضمادة أخرى برباط ثانٍ مُحكَم فوق الأولى. وإذا خرج النزيف عبر الضمادة الثانية انزعي الاثنتين وابدأي من جديد.

تحذير

- إذا قطعت إصبع يد او قدم فاحفظي العضو المقطوع بإبقائه باردًا. وهناك طريقة جيّدة هي أن تلفّيه بمنديل نظيف وتحيطيه بالثلج.
- لا تغسلي العضو المقطوع ولا تسمحي له بملامسة الثلج. لا تستخدمي القطن الطبّيّ على أيّ سطح مسحوج.



4 مدّدي طفلك مع إبقاء الأذيّة مرفوعة وراقبي بحثًا عن أيّة علامات على الصدمة (ص 30).

5 خذي الطفل إلى المستشفى بأسرع ما يمكن لأنّه قد يحتاج إلى قُطَب. استدعي سيّارة الإسعاف أو اطلبي من شخصٍ بالغٍ آخر أن يأخذك بالسيّارة وأنت جالسة مع طفلك ومستمرّة بإعطاء الإسعاف الأوّليّ إذا احتاج الأمر. إمّا أن تضمّي الطفل بين ذراعيك وأنت تتابعين الضغط على الإصابة، أو أن تمدّديه ورأسه منخفض. اضغطي على الجرح حتّى 10 دقائق.

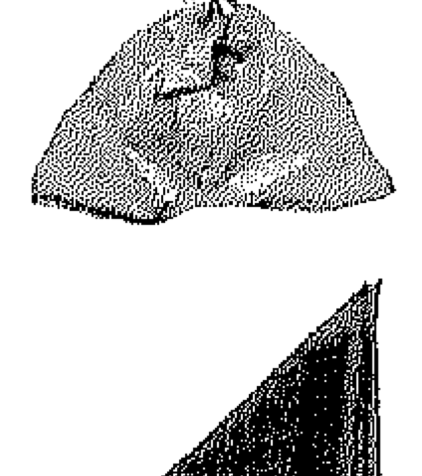
العناية بعضو مقطوع

قد يكون بالإمكان إعادة ربط عضو مقطوع مثل إصبع بواسطة الجراحة الدقيقة. ومن الضروريّ جدًّا أن تأخذي الطفل والعضو المقطوع إلى المستشفى بأسرع ما يمكن.

1 اضغطي بشكل مباشر على المنطقة المصابة برفادة نظيفة. وارفعي الإصابة إن أمكن فوق مستوى القلب.

2 غطّي الإصابة برباط وثبّتيه في مكانه بشريط لاصق. أو استخدمي رباطًا خاصًّا بالإصبع.

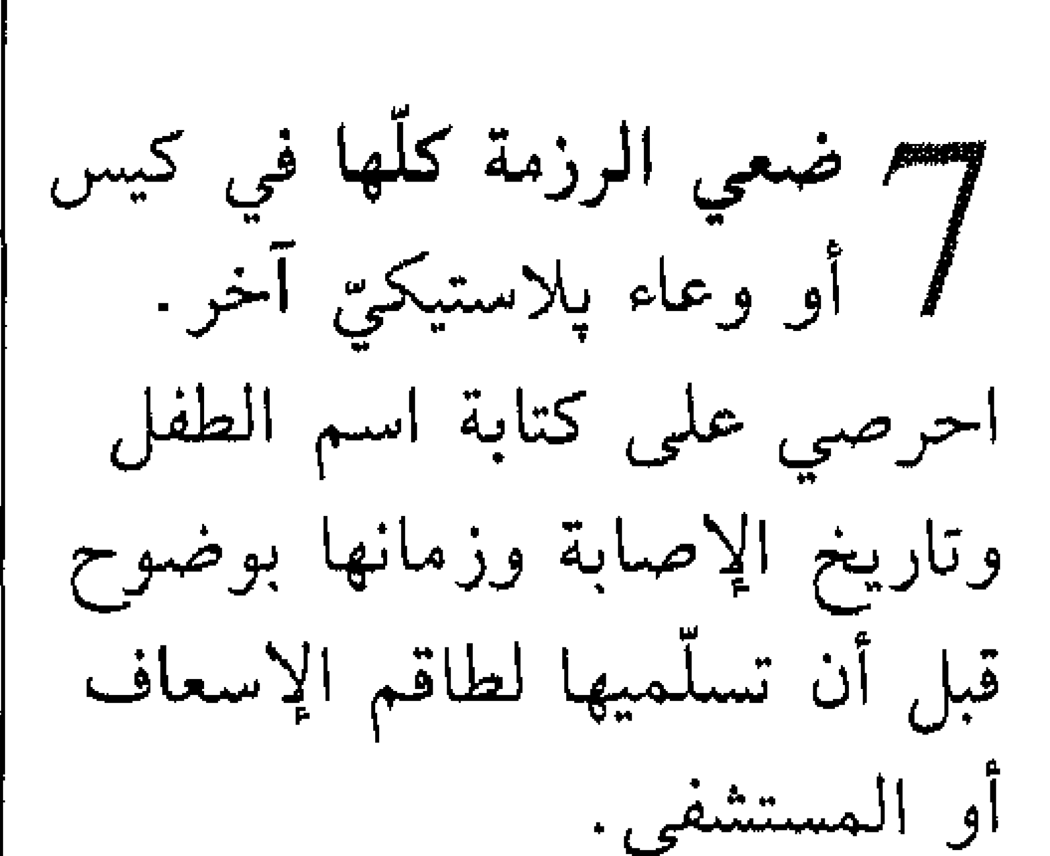
3 مدّدي الطفل واستدعي سيّارة الإسعاف. أخبري رئيس طاقم الإسعاف بما حدث.



4 ضعي العضو المقطوع في كيس پلاستيكيّ صغير أو لفّيه في ورق نايلون.

5 لفّي الكيس في منديل قطنيّ طريّ أو قطعة شاش.

6 ضعي الكيس الملفوف في كيس پلاستيكيّ آخر مملوء بمكعّبات الثلج.



7 ضعي الرزمة كلّها في كيس أو وعاء پلاستيكيّ آخر. احرصي على كتابة اسم الطفل وتاريخ الإصابة وزمانها بوضوح قبل أن تسلّميها لطاقم الإسعاف أو المستشفى.

علاج الحروق

تحدث الحروق السطحيّة بسبب التماسّ مع سائل حارّ أو لمس سطح حارّ، وهي أقلّ أنواع الحروق خطرًا. أمّا الحروق الأعمق فهي أشدّ خطرًا وتسبّب نفطات مليئة بالسائل. والحروق العميقة جدًّا هي الأخطر لأنّها تصيب جميع طبقات الجلد، ولكنّها قد تكون أقلّها ألمًا لأنّ الأعصاب كثيرًا ما تتخرّب فيها. وإذا كان الحرق بسبب النار فربّما كان الدخان والهواء الحارّ قد أثّرا أيضًا في رئتَي الطفل ومجاريه الهوائيّة. **إنّ الرضيع أو الطفل الصغير المصاب بحرق يجب أن يُفحص دومًا في المستشفى.**

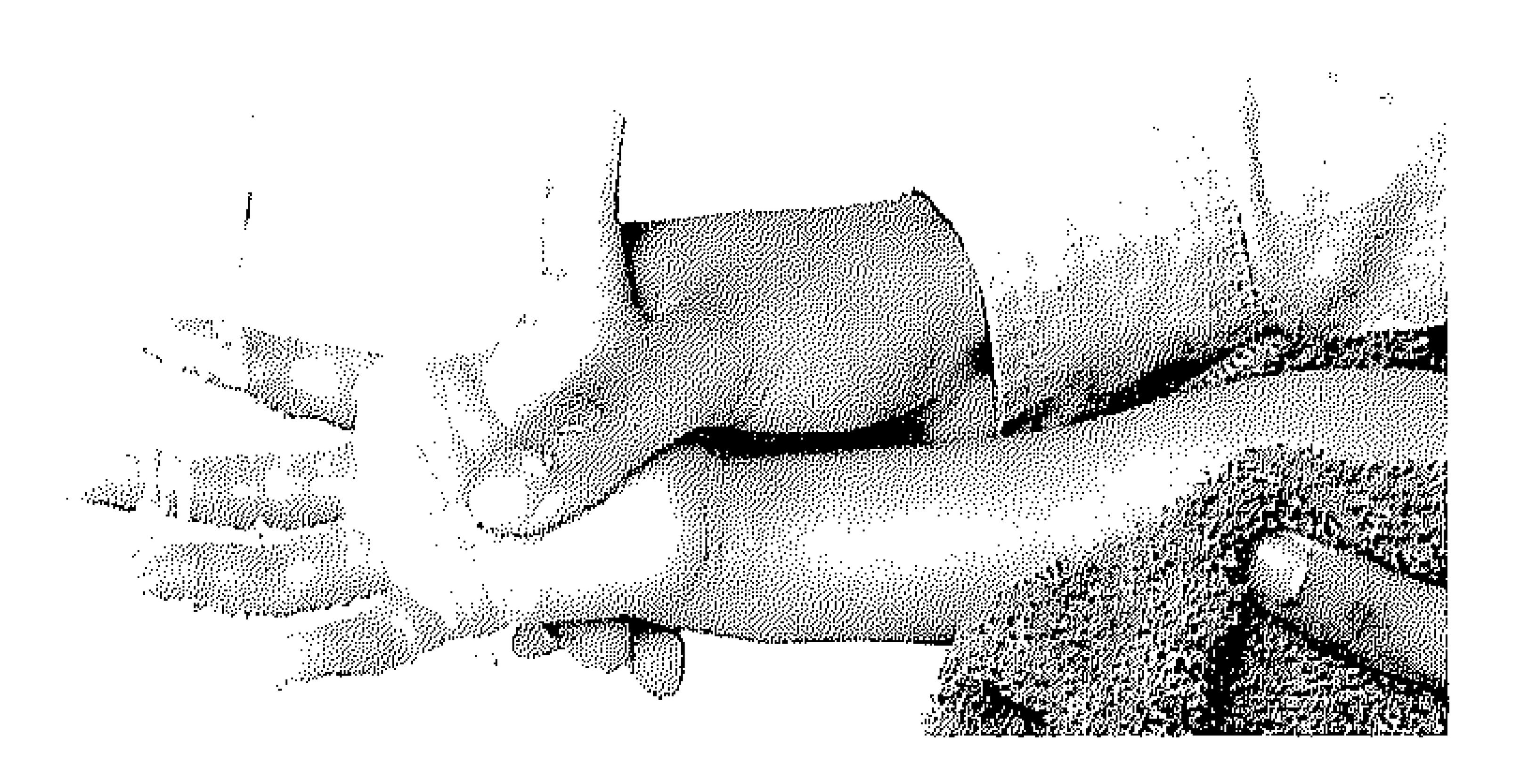
الحروق

كلّما كبرت منطقة أيّ حرق ازداد خطر الصدمة الشديدة (ص 30) بسبب فقدان سوائل الجسم. وتذكّري أنّ جلد الرضيع طريّ وحسّاس وحتّى ماء الحمّام الحارّ قد يسبّب له حرقًا، فافحصي دومًا حرارته قبل أن تحمّمي الطفل فيه.

تحذير

حروق الفم والحَلْق

- قد تكون هذه الحروق خَطِرة بشكلٍ خاصّ لأنّها قد تسبّب تورّمًا في المجاري الهوائيّة واختناقًا. أرخي الملابس حول العنق واستدعي سيّارة الإسعاف حالًا.





1 **بردّي المنطقة المصابة فورًا.** امسكيها تحت ماء معتدل البرودة يجري لمدّة 10 دقائق على الأقلّ. وإذا لم يكن هناك ماء فيمكنك استخدام سائل لا يشتعل مثل الحليب.

2 **أثناء التبريد أزيلي** الألبسة الضيّقة عن المنطقة المصابة قبل أن تبدأ بالتورّم. قصّي حول أيّة مادّة ملتصقة بجلد الطفل. إذا بقيَ الطفل متألّمًا فبرّدي المنطقة المحروقة من جديد. احرصي على عدم لمس هذه المنطقة أو تفجير أيّة نفطات. لا تبرّدي الطفل بشكلٍ زائد لأنّك قد تسبّبين هبوط حرارته (ص 50).

3 **غطّي الحرق بضِمادة معقّمة أو قماشة نظيفة غير** زغباء لوقايته من العدوى. استخدمي غطاء مِخدّة أو شرشفًا إذا كان الحرق كبيرًا أو ضعي كيسًا پلاستيكيًّا نظيفًا وورق نايلون فوق اليد أو القدم المحروقة.

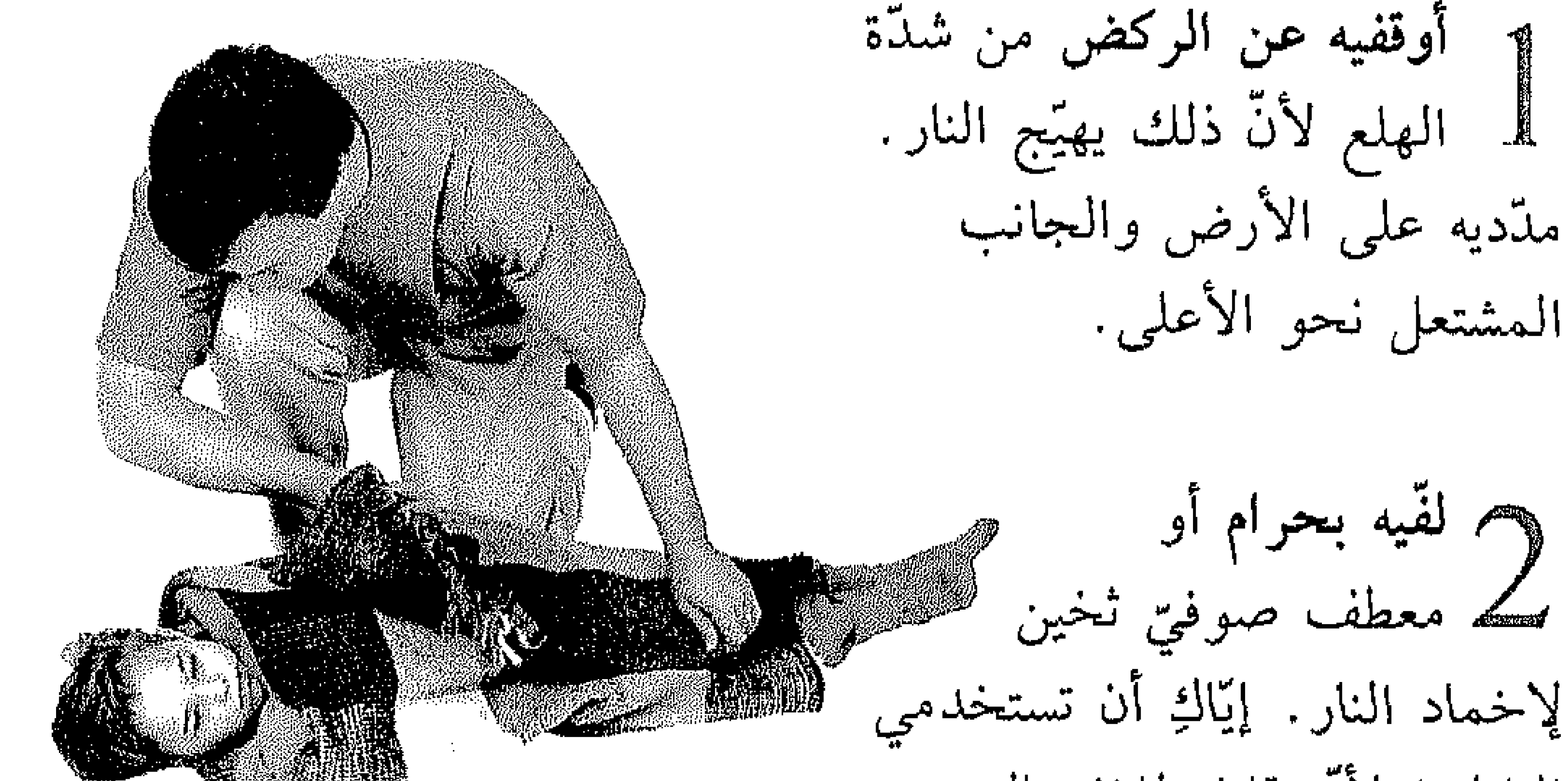
4 **افحصي طفلك لتحرّي أيّ علامة** على الصدمة ولا تعطيه أيّ طعام أو شراب. أبقيه دافئًا لوقايته من هبوط الحرارة.

5 **إذا فقدَ الطفل وعيه** افتحي مجاريه الهوائيّة وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضيع، ص 20 للطفل).

إذا اشتعلت ملابس الطفل

إذا اشتعلت ملابس الطفل فإنّ الأولويّة الأولى هي إيقافه عن الحركة. أيّ حركة سريعة تزيد النار شدّة.

1 **أوقفيه عن الركض** من شدّة الهلع لأنّ ذلك يهيّج النار. مدّديه على الأرض والجانب المشتعل نحو الأعلى.



2 **لفّيه بحرام أو** معطف صوفيّ ثخين لإخماد النار. إيّاكِ أن تستخدمي النايلون لأنّه قابل للاشتعال.

3 **دوّريه على الأرض لإطفاء** اللّهب. بلّليه بالماء إذا توفّر أو بسائل آخر غير قابل للاشتعال.

تحذير

- لا تنزعي عنه أيّة ملابس، لأنّها قد تكون ملتصقة بالجلد فيسبّب نزعها المزيد من الأذى.

الحَرق الكيميائيّ على الجلد

إنّ موادّ المنزل مثل منظّف الفرن أو مزيل الدهان قد تسبّب حروقًا خطيرة ولكنّها تتطوّر بشكلٍ أبطأ من الحروق الناجمة عن الحرارة. ومن علاماتها الألم الواخز والاحمرار والتبقّع ثم ظهور النفطات وتقشّر الجلد.

1 **اتبعي تعليمات** حالات الحرق ولكن برّدي المنطقة تحت ماءٍ جارٍ لمدّة 20 دقيقة واحمي نفسك بارتداء قفّازين مطّاطيّين.

2 **احرصي على معرفة** ما الذي سبّب الحرق للطفل لكي تستطيعي إخبار الطبيب عندما تصلين إلى المستشفى.

الحَرق الكيميائيّ في العين

إنّ إصابة العين بالموادّ الكيميائيّة عرَضًا قد تسبّب أذيّة أو حتّى فقدان البصر. ويصاب الطفل بألم شديد في عينه التي تبدو حمراء ودامعة. كما يصعب عليه أن يفتحها. ولا يجب أن تسمحي له بحكّ عينه أو لمسها من أجل تجنّب انتشار المادّة الكيميائيّة إلى الأجزاء الأخرى من وجهه.

1 **اشطفي المادّة الكيميائيّة** على الفور. امسكي رأس الطفل فوق وعاء وعينه غير المصابة نحو الأعلى، ومرّري الماء البارد فوق العين المصابة لمدّة 20 دقيقة. ارتدي قفّازين مطّاطيّين لحماية نفسك. إذا كان من الصعب أن تمسكي بطفلك فوق الوعاء فاسكبي الماء من إبريق على العين.

2 **عندما تكون العين قد شُطفت جيّدًا** غطّيها برفادة نظيفة حتّى تصلي إلى المستشفى.

الحَرق الكهربائيّ

قد تسبّب الصدمة الكهرباتيّة حروقًا ليس فقط عند نقطة دخول التيّار إلى الجسم، بل أيضًا عند مكان خروجه. وقد تبدو الحروق صغيرة ولكنّها كثيرًا ما تكون عميقة بحيث تحمل معها خطر العدوى.

احرصي على قطع الاتّصال بين الكهرباء والطفل قبل أن تلمسيه وإلّا فإنّك ستصابين أنت أيضًا بصعقة كهربائيّة. وإذا لم تستطيعي قطع التيّار الكهربائيّ فابحثي عن شيء لا يوصل الكهرباء، مثل مكنسة أو أُنبوب پلاستيكيّ، وادفعي الطفل بعيدًا عن مصدر التيّار. احرصي على أن تكون يداك وكلّ ما تستخدمينه جافًّا وألّا تقفي على شيء رطب أو مصنوع من المعدن.

1 **إذا فقدَ الطفل وعيه** افتحي مجرى الهواء وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضيع، ص 20 للطفل).

اقطعي الاتّصال الكهربائيّ
قبل أن تلمسي الطفل

2 **بَرّدي الحرق** بمَسْك المنطقة المصابة تحت ماءٍ بارد يجري لمدّة 10 دقائق على الأقلّ.

3 **غطّي الحرق** بقماشة نظيفة غير زغباء أو بكيس پلاستيكيّ نظيف يمكنك تثبيته في مكانه بشريط لاصق.

كيف تقين طفلك من الحوادث الكهربائيّة

- مدّدي شرائط الكهرباء للمآخذ بشكل آمن وتأكّدي من أنّ لديك نوعًا مناسبًا من صمامات الإشعال («الفيوز»).
- تأكّدي من أنّ الأسلاك ليست مهترئة ومن عدم وجود شرائط ناتئة.
- ضعي أغطية دُميَة على مآخذ الكهرباء غير المستخدمة.
- لا تتركي أسلاكًا سائبة في أماكن يمكن للطفل أن يصل إليها أو يسقط فوقها.
- ثبّتي جهازًا لقطع الدارة الكهربائيّة.

حَرْق الشمس

إنّ جلد الأطفال حسّاس جدًّا لأشعّة الشمس فوق البنفسجيّة المؤذية، والتعرّض الزائد للشمس في سنّ الطفولة يزيد بشكلٍ كبير خطر الإصابة بسرطان الجلد على المدى الطويل. وقد يكون حرق الشمس الممتدّ على مناطق واسعة من الجلد خطيرًا.

تحذير

• استشيري طبيبك على الفور إذا أُصيب الطفل بحمّى بعد حرق الشمس لكنّ جلده ظلّ جافًّا وبدا عليه الاضطراب والنعاس. فربّما كان مصابًا بضربة الحرّ، وهي حالة يجب أن تعالَج إسعافيًّا (ص 51).

علاج حَرْق الشمس



1 **ضعي طفلك في الظلّ** أو في غرفة باردة. أعطيه شرابًا باردًا.

2 **لطّفي الجلد إذا كان أحمر** بدهون الكالامين أو كريم ما بعد التعرّض للشمس.

3 **أبعدي طفلك عن الشمس المباشرة** لمدّة 48 ساعة على الأقلّ.

4 **إذا كانت لديه نفطات** أو علامات على ضربة الحرّ (ص 51) اتّصلي بالطبيب.

إجراءات وقائيّة



إنّ خير علاج هو الوقاية. فيجب أن يرتدي الرضّع والأطفال دومًا قبّعة وملابس لحمايتهم وأن توضع لهم مادّة واقية عندما يكونون في ضوء الشمس.

• غطّي جيّدًا كلّ جلد الطفل ما عدا أجزاءه الشديدة خلال الأيّام الأولى القليلة من ضوء الشمس الساطع.

• ضعي مادّة واقية من الشمس على جميع الأجزاء المكشوفة من الجسم.

• ألبسي الطفل ملابس مقاومة للأشعّة فوق البنفسجيّة عندما يكون في ضوء الشمس.

• غطّي شفتَي الطفل وأنفه بمادّة واقية من الشمس واحمي مؤخّر عنقه بقبّعة ذات حافّة عريضة.

• إذا نزل طفلك إلى الماء، ضعي المادّة الواقية من الشمس مرّةً ثانية بعد أن يكون قد خرج منه.

إصابة الرأس

إنّ إصابة الرأس التي تسبّب فقدان الوعي أو الدُّوار أو التقيّؤ هي دومًا إصابة خطيرة. والنزف أو الإفرازات الرائقة من الأنف أو الأذن بعد إصابة الرأس هي علامة على كسر في الجمجمة وتشكّل حالة إسعافيّة. وإذا سقط الطفل من مكان مرتفع وضرب رأسه فيُحتمل وجود إصابة في العمود الفقريّ أيضًا (ص 49).

تحذير

- يجب أن يُعرَض كلّ طفل مصاب بأذيّة في الرأس على الطبيب.
- إيّاكِ أن تهزّي الطفل الرضيع، فقد يسبّب له ذلك أذيّة في رأسه.

جروح فروة الرأس

كثيرًا ما يبدو هذا النوع من الإصابة أشدّ خطرًا ممّا هو عليه. فكثيرًا ما تنزف جروح فروة الرأس بغزارة وقد تكون الكدمات كبيرة بسبب وجود عدد كبير من الأوعية الدمويّة الجارية بقرب سطح الفروة. ومنظر هذا الدم كلّه قد يسبّب رعبًا شديدًا لك ولطفلك.

تحذير

- إنّ ظهور منطقة طريّة على الجمجمة وظهور الدم في بياض العينين قد يشير إلى كسر في الجمجمة – انظري انضغاط الدماغ على الصفحة المقابلة.

إذا كان الطفل واعيًا



1 **اضغطي ضمادة جرح** أو رفادة نظيفة على الجرح لمدّة 10 دقائق تقريبًا.

2 **ثبّتي الضمادة برباط** للمساعدة في إبقاء ضغط متوازن. إذا خرج الدم عبر الرفادة غطّيها برفادة أخرى. وإذا خرج عبر الثانية انزعي الاثنتين وابدأي من جديد لأنّ الضغط لم يكن كافيًا.

3 **مدّدي الطفل** مبقيةً رأسه وكتفَيه مرتفعة قليلًا.

4 **خذي الطفل إلى المستشفى.** راقبي علاماته الحيويّة ومستوى وعيه ونبْضه وتنفّسه (ص 12). انتبهي بالأخصّ لأيّة علامات على تدهور حالته – فقد يشير ذلك إلى انضغاط الدماغ، انظري الصفحة المقابلة.

إذا كان الطفل فاقدًا وعيه

افتحي المجرى الهوائيّ وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضيع، ص 20 للطفل).

إذا شككتِ بأنّه مصاب في ظهره افتحي مجرى الهواء باستخدام عمليّة دفع الفكّ (انظري إصابة العمود الفقريّ، ص 49). لا تميلي رأسه.

ارتجاج الدماغ

إنّ سبب الارتجاج هو ضربة على الرأس «تهزّ» الدماغ ضمن الجمجمة، ويتميّز بفترة قصيرة من فقدان الوعي أو الشعور بالدُّوار بعد الإصابة. وقد لا تظهر الأعراض فورًا ولكن يتبعها الشفاء دومًا. وإذا تراجعت حالة الطفل من جديد فليس ذلك ارتجاجًا.

الأعراض

- إصابة الرأس
- فترة قصيرة من فقدان الوعي، ثمّ استعادة الوعي الكاملة
- قد يشعر الطفل بالدُّوار أو الغثيان عند الإفاقة
- قد يحدث فقدان الذاكرة لكلّ ما حدث قبل الحادث مباشرةً
- صُداع خفيف



1 **ضعي ضِمادة باردة على** الإصابة أو عالجي النّزف الناتج عن جرح فروة الرأس.

2 **أجلسي الطفل أو مدّديه.** افحصي مستوى وعيه (ص 12) ودوّني ذلك.

3 **اذهبي إلى المستشفى** أو استدعي سيّارة الإسعاف.

4 **إذا ساءت حالة الطفل** عالجيه مثل علاج فقدان الوعي (ص 16 للرضيع؛ ص 19 للطفل) أو راقبي علاماته الحيويّة حتّى وصول المساعدة.

انضغاط الدماغ

يمكن لانضغاط الدماغ أن يكون خطيرًا جدًّا، وسببه النزف تحت الجمجمة الذي يضغط على الدماغ، أو كسر الجمجمة خصوصًا إذا ضغط العظم على الدماغ، أو تورّم أنسجة الدماغ بعد إصابة الرأس. ولا بدّ من عناية طبّيّة مستعجلة، ومن شبه المؤكّد أن يحتاج الأمر أيضًا إلى جراحة للوقاية من حصول أذيّة دماغيّة دائمة. وقد لا ينشأ الانضغاط إلّا بعد إصابة الرأس ببضع ساعات، فراقبي طفلك إذًا بعناية.

الأعراض

- إصابة الرأس
- إفرازات رائقة من الأنف أو الأذنين، تدلّ على احتمال وجود كسر في الجمجمة
- صُداع شديد
- تراجُع مستوى الوعي، المؤدّي في النهاية إلى فقدان وعي كامل
- قد تكون حدقتا العينين بحجمين مختلفين
- ارتفاع الحرارة وتورّد الوجه
- قد يكون صوت التنفّس عاليًا ثمّ يصبح بطيئًا جدًّا
- ضعف أو حتّى فقدان للحركة على أحد جانبَي الجسم

1 **أجلسيه ورأسه وكتفاه مرفوعة.** عالجي الجروح إن وُجِدت. افحصي مستوى وعيه (ص 12) ودوّني ذلك.

2 **إذا فقدَ وعيه** عالجي كما هو موصوف في ص 16–18 للرضّع أو ص 19–21 للأطفال. استدعي سيّارة الإسعاف. كوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ إذا لزم ذلك. وإذا كان الطفل يتنفّس راقبي مستوى وعيه وتنفّسه ونبضه حتّى وصول المساعدة.

العضّات واللّسعات

إنّ أكثر عضّات الحيوانات سببها مضايقة الطفل لحيوان أليف، ولو أنّ هذه الحيوانات قد تهاجم الأطفال الصغار في حالات نادرة من دون أن تُستفزّ. راقبي رضيعك أو طفلك من باب الحيطة في حالة وجود قطط أو كلاب أو حيوانات أليفة أخرى. لا تتركي الطفل نائمًا في الخارج في عربة مكشوفة وغير محميّة من الحشرات. إنّ للكثير من العربات شبكة مثبّتة بها للوقاية من البعوض. راقبي الطفل جيّدًا عندما يكون في الحديقة أو على شاطئ البحر.

عضّات الحيوانات

إنّ عضّة الحيوان قد تسبّب صدمة نفسيّة للطفل، ولكنّ عضّات الحيوانات الأليفة كالكلاب والقطط لا تكون خطيرة في العادة. إذا كانت العضّة أو السحجة عميقة فإنّ الجراثيم الآتية من أسنان الحيوان أو مخالبه تستقرّ في الجرح فتؤهّب لحدوث العدوى ويمكن علاج أكثر عضّات الحيوانات في البيت بالراحة والإسعاف الأوّليّ البسيط، أمّا جروح العضّات الأخطر فلا بدّ من علاجها في المستشفى.

تحذير

- إذا عضّ طفلَك حيوان في منطقة يوجد فيها مرض الكلَب خذي الطفل إلى المستشفى لتمنيعه ضدّ هذا المرض.

إذا كانت العضّة سطحيّة

1 **هدّئي الطفل** وطمئنيه إذا كان خائفًا.

2 **اغسلي الجرح** بالماء الدافئ والصابون. اشطفيه تحت ماءٍ جارٍ مدّة خمس دقائق على الأقلّ لإزالة ما قد يعلق عليه من دم أو لُعاب أو تراب.



3 **جفّفي الجرح** بلطف لكن بعناية برفادة أو قماشة نظيفة. ضعي عليه شريطًا طبّيًا لاصقًا أو ضمادة معقّمة.

4 **استشيري الطبيب** في أسرع وقت ممكن للتأكّد من أنّ العضّة ليست مُلوَّثة بعدوى ولا عميقة إلى حدّ خطَر الإصابة بالكُزاز. تأكّدي من أنّ الطفل ممنّع ضدّ الكُزاز.

إذا كانت العضّة خطيرة وعميقة

1 **غطّي الجرح** بضمادة أو رفادة نظيفة واضغطي عليها بيدك لإيقاف النزف. وارفعي العضو المصاب إن أمكن فوق مستوى القلب.

2 **ضعي ضمادة نظيفة** على الجرح واربطيها في مكانها.

3 **خذي الطفل** إلى المستشفى أو استدعي سيّارة الإسعاف. إنّه بحاجة للعلاج بأسرع ما يمكن للوقاية من العدوى.

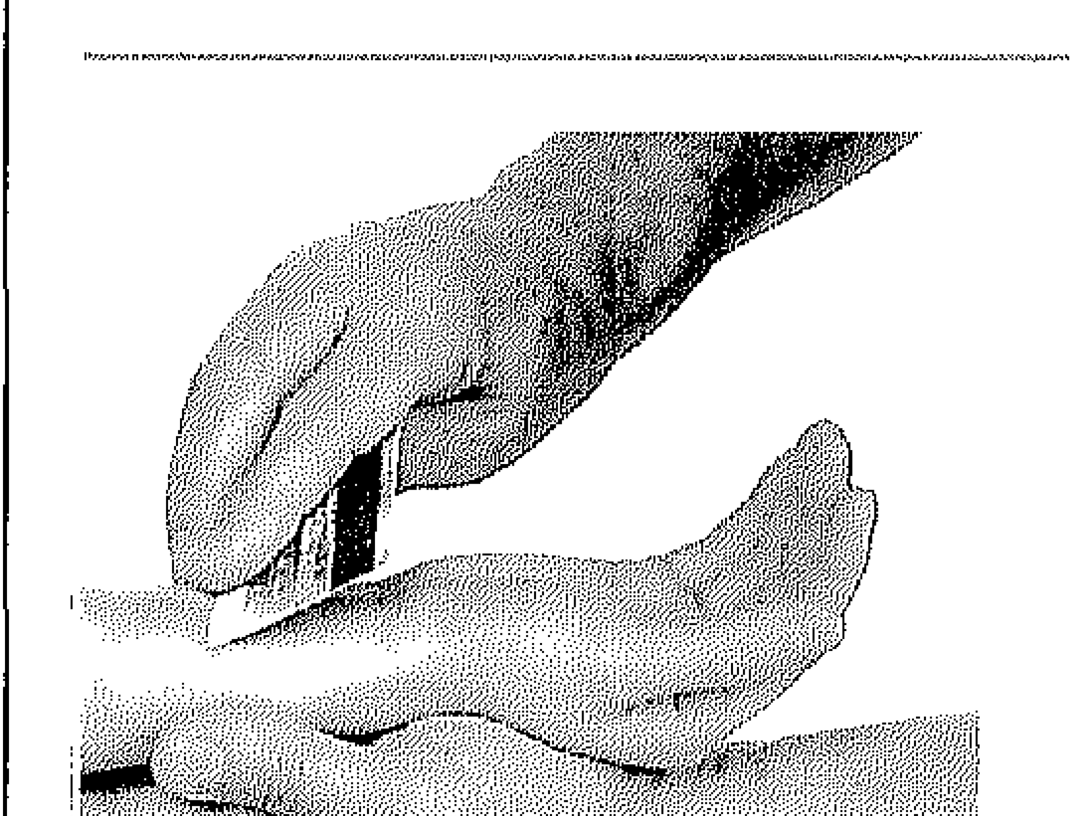
لسعات الحشرات

إنّ لسعات النحل والدبابير مؤلمة لكنّها نادرًا ما تكون خطيرة، إلّا إذا كان الطفل قد أصيب في السابق بردّ فعل أرَجيّ شديد (ص 29). وتبدو اللّسعة بشكل بقعة بيضاء مرتفعة على منطقة ملتهبة من الجلد.

تحذير

• إذا أُصيب طفلك بردّ فعل أرَجيّ شديد نحو اللّسعة (ص29) استدعي سيّارة الإسعاف.

1 **هدّئي الطفل** وشجّعيه على البقاء ساكنًا قدر الإمكان من أجل إبطاء انتشار السُّمّ.



2 **إذا بقيت إبرة الحشرة في الجلد** أزيليها أو اكشطيها بقطعة بلاستيك نظيفة أو بظفرك. لا تعصري الكيس على سطح الجلد، ولا تحاولي إزالة الإبرة بملقط شعر لأنّك قد تدفعين بالمزيد من السُّمّ داخل جسم الطفل.

3 **لتخفيف الألم والانتفاخ** ضعي ضِمادة باردة (ص 31) على المنطقة. أبقيها في مكانها لحوالي 10 دقائق إلى أن يخفّ الألم.

اللّسعة في الفم

إنّ اللسعة في الفم قد تسبّب انتفاخًا وتؤدّي إلى مشاكل تنفسيّة، اطلبي، إذًا، المساعدة الطبّيّة بسرعة.

1 **خفّفي التورّم** إن وُجِد، بإعطاء الطفل ماءً باردًا ليشربه أو مكعّب ثلج ليمصّه، إلّا إذا كان عمره أقلّ من 12 شهرًا. استدعي الطبيب.

2 **إذا تورّمت المنطقة** بسرعة وصَعُب على الطفل أن يتنفّس استدعي سيّارة الإسعاف.

لسعات الكائنات البحريّة

إنّ لقنديل البحر (السمك الهُلاميّ) وشقائق البحر وغيرها من الكائنات البحريّة خلايا لاسعة تُطلق السُّمّ عندما تُلمس. وأكثرها لا يسبّب أكثر من طفحٍ حاكٍّ، إلّا أنّ بعضها عالي السُّمّيّة وقد تكون لسعته أخطر بكثير بل مميتة.

1 **ضعي ضمادة باردة** على المنطقة المصابة وامسكيها في مكانها لمدّة 10 دقائق. وارفعي العضو المصاب إن أمكن.

2 **إذا كانت اللسعة** مؤلمة وحمراء جدًّا خذي الطفل إلى المستشفى.

3 **إذا انطمرت أشواك** من كائنٍ بحريّ في قدم الطفل غطّسي القدم في ماءٍ حارّ لمدّة 30 دقيقة أو أكثر لتحريرها. وإذا لم تخرج الأشواك أو انتفخت القدم خذي الطفل إلى المستشفى.

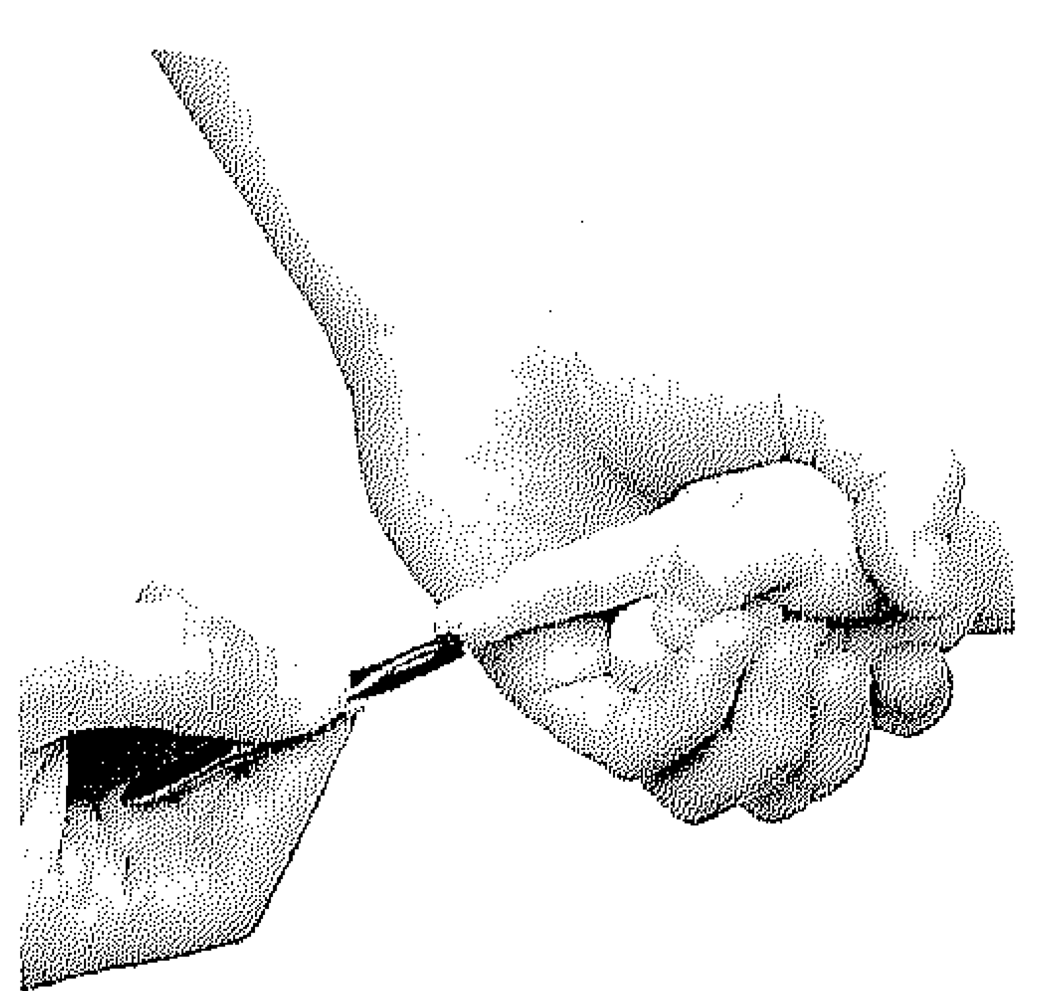
4 **إذا لسع قنديل البحر** طفلك اسكبي ماءً مالحًا أو خلًّا على الإصابة لإبطال مفعول الخلايا اللّاسعة. اربطي الطرف المُصاب، فوق مكان الجرح واستدعي سيّارة الإسعاف.

الأجسام الغريبة

إنّ الأطفال الصغار فضوليّون بطبعهم ويحبّون وضع الأشياء في فمهم وأذنهم وحتّى في أنفهم. وهم ما زالوا يتعلّمون ما هي الأشياء التي يكون لمسها آمنًا، لهذا تكون الإصابات بالأجسام الغريبة شائعة جدًّا.

الشظيّة

الشظيّة هي قطعة صغيرة من مادّةٍ ما تنطمر في الجلد أو تحته. وقد تكون من الخشب أو المعدن أو الزجاج أو شوكة. وقد تحمل الشظايا العميقة خطر الإصابة بالكُزاز لهذا تأكّدي من أنّ طفلك ممنّع ضدّ هذا المرض.



1 **اغسلي الجلد** حول الشظيّة بالصابون والماء الدافئ.

2 **خذي ملقط شعر** وعقّميه بتمرير نهايتَيه عبر لهب أزرق. دعيه يبرد ولا تلمسي النهايات أو تمسحيها.

3 **اقبضي على الشظيّة** بالملقط من أقرب مكان ممكن إلى الجلد. اسحبيها بالزاوية نفسها التي دخلت بها.

4 **اعصري الجرح** لجعله ينزف واشطفي التراب إن وُجِد. نظّفي المنطقة من جديد. جفّفيها جيّدًا وغطّيها بشريطٍ طبّيٍّ لاصق.

تحذير

- إذا انكسرت الشظيّة أو لم تستطيعي إخراجها خذي الطفل إلى الطبيب.
- خذي الطفل إلى الطبيب إذا كانت الشظيّة زجاجيّة.
- لا تنكزي الشظيّة بإبرة.
- إذا كانت الشظيّة وسخة أو ملوَّثة بموادّ من الحديقة استشيري الطبيب حول إعطاء حقنة واقية من الكُزاز لطفلك.

الجسم الغريب في الأُذن

كثيرًا ما يدفع الأطفال أجسامًا مثل حبّات الخرز في آذانهم. إنّ أيّ شيء يعلق في الأذن يجب أن يُزال وإلّا فإنّه قد يسبّب عدوى وأذيّة لغشاء طبلة الأذن.

1 **إذا علق** جسم قاسٍ في أذن الطفل لا تحاولي إزالته ولو كنت تستطيعين رؤية ما هو. خذي الطفل إلى المستشفى حيث يمكن إزالته بشكلٍ آمن.

2 **إذا دخلت حشرة** إلى أذن الطفل أجلسيه أو امسكيه وأذنه المصابة نحو الأعلى. اسكبي الماء الدافئ بلطف في أذنه. ويجب عندئذٍ أن تطفو الحشرة.

3 **إذا لم تستطيعي إزالة** الحشرة خذي الطفل إلى المستشفى. طمئنيه إلى أنّ الحشرة سوف تخرج.

الجسم الغريب في العين

إذا رأيت شيئًا يتحرّك فوق بياض العين يمكنك أن تحاولي إزالته. أمّا إذا كان منطمرًا في مقلة العين أو على القسم الملوَّن منها (القُزَحيّة) فلا تلمسيه بل خذي الطفل إلى المستشفى.

1 **انظري لترَي** ما إذا كان الجسم الغريب يتحرّك أو منطمرًا في العين. أجلسي طفلك بمواجهة الضوء. اطلبي منه أن ينظر نحو الأعلى والأسفل واليسار واليمين وانظري إلى العين كلّها.

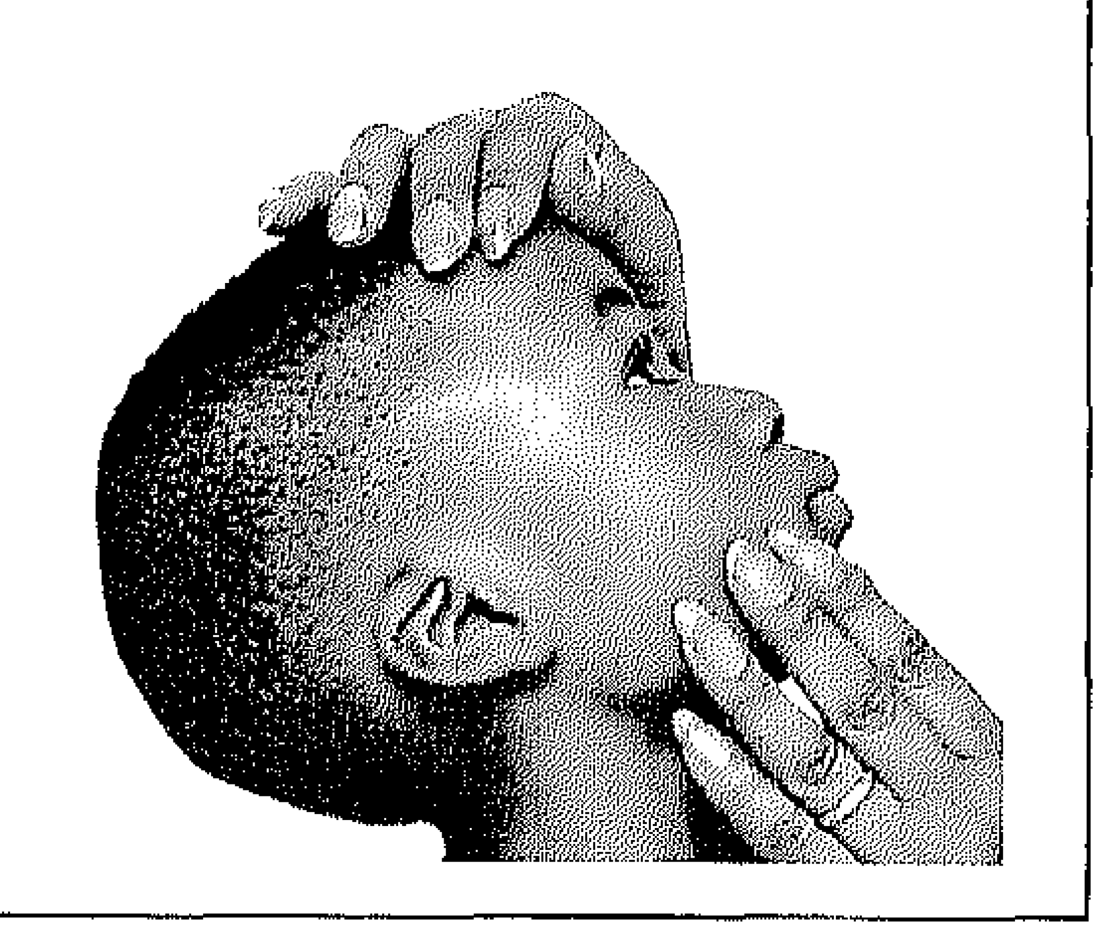
2 **إذا رأيت الجسم** حاولي أن تشطفيه. ضعي ماءً نظيفًا في إبريق وأميلي الرأس نحو الخلف واسكبي الماء في زاوية العين بحيث ينزل فوقه.

3 **إذا لم ينجح ذلك** استخدمي عود قطن رطبًا أو منديلًا رطبًا لرفع الجسم عن العين.

4 **إذا كان الجسم** تحت الجفن فلفّي الطفل في منشفة لتثبيته. ثمّ ارفعي الجفن العلويّ على الجفن السفليّ بحذَر لإزالة ما قد يكون عالقًا تحته.

5 **إذا لم تستطيعي إزالة** الجسم غطّي عين الطفل برفادة نظيفة وخذيه إلى المستشفى.

الجسم الغريب في الأنف



إذا دخل جسم ما إلى أنف الطفل فقد لا يُلاحَظ في البداية، ولكنّه بعد يومين أو ثلاثة سوف يسبّب رُعافًا أو إفرازات ملطَّخة بالدم وكريهة الرائحة. وقد يعاني الطفل من صعوبة تنفّس أو تنفّس مصوِّت وانتفاخ الأنف.

1 **شجّعي الطفل** على التنفّس من فمه وافحصي أنفه.

2 **لا تحاولي** إزالة الجسم بنفسك، بل خذي الطفل إلى المستشفى.

ابتلاع جسم غريب

يكتشف الرضّع والأطفال العالم بواسطة فمهم، لهذا فإنّهم كثيرًا ما يبتلعون أجسامًا صغيرة.

1 **حاولي أن تعرفي** ما هو الشيء الذي ابتلعه الطفل. إنّ جسمًا صغيرًا ناعمًا مثل حصاة صغيرة أو قطعة نقود لا يجب أن يسبّب أيّة مشكلة.

2 **إذا كنت لا تعلمين** ماذا ابتلع الطفل أو كان الجسم كبيرًا أو حادًّا فخذي الطفل إلى المستشفى. لا تعطيه أيّ طعام أو شراب.

العظام والمفاصل والعضلات

قد يكون من الصعب التمييز بين كسر عظميّ والتواء أو انشداد عضليّ عند الرضّع والأطفال. عالجي إصابة كهذه دومًا على أنّها كسر عظميّ محتمل وخذي الطفل إلى المستشفى لإجراء صور شعاعيّة.

كسور العظام

إنّ عظام الأطفال مثل الأغصان الطريّة على الشجرة، فهي لا تنكسر بمثل سهولة انكسار العظام الأقسى عند البالغ. وكسر العود الغضّ أكثر شيوعًا عند الأطفال، إذ تنحني العظام لديهم وتنشطر لكنّها لا تنكسر، ولا تحدث أذيّة كبيرة في الأنسجة المحيطة. أمّا الأنواع الأخرى فمنها الكسور البسيطة (ينكسر العظم انكسارًا محدّدًا في مكانٍ واحد) والكسور المركَّبة (ينكسر العظم في أكثر من مكانٍ واحد). ويمكن لكلّ منهما أن يؤذي الأوعية الدمويّة والعضلات حول الكسر.

يحتاج العظم المكسور إلى علاج فوريّ على يد طبيب، إذ لا بدّ من إعادته إلى وضعيّته بشكل صحيح وتغطية الجروح الخارجيّة إن وُجِدت لتقليص خطر العدوى.

1 **طمئني الطفل** وشجّعيه على البقاء ساكنًا قدر الإمكان. إذا تحرّك حركة غير ضروريّة فإنّ نهايات العظام إن كانت مكسورة قد تؤذي الأوعية الدمويّة والأعصاب المحيطة.

2 **اسندي المفاصل** فوق الإصابة وتحتها لمنع المزيد من الحركة. اسنديها أوّلًا بيديك، بينما يحضّر لك شخص آخر وسادات أو حرامات ملفوفة لوضعها حول الإصابة وتقليص احتمال الحركة. لا تحاولي تقويم الطرف المكسور.

3 **خذي الطفل إلى المستشفى** بأسرع ما يمكن. إذا كانت الإصابة في ذراعه أو يده يمكنك أخذه بالسيّارة بشرط توفّر المساعدة – شخص واحد للإمساك بالطفل بينما يقوم الآخر بقيادة السيّارة. وإذا كانت الإصابة في الساق أو لم يستطع الطفل ثني مرفقه استدعي سيّارة الإسعاف لأنّه قد يحتاج إلى حمله على نقّالة.

4 **إذا اخترق العظم المكسور** الجلد أو كان هناك جرح يؤدّي إلى الكسر غطّيه بضمادة جرح أو مدّي قطعة من الشاش فوقه للوقاية من العدوى. لا تحاولي أن تنظّفي الجرح ولا تلمسي الإصابة.

تحذير

- إيّاكِ أن تحاولي تقويم طرف مكسور. اسنديه إذا أمكن بالوسادات أو بوشاح تعليق.
- لا تحرّكي الطفل إلّا إذا كنت مضطرّة لأخذه إلى مكان أكثر أمنًا.

الأعراض

- انتفاخ حول موقع الإصابة
- تكدُّم حول موقع الإصابة
- احتمال وجود تشوّه في المنطقة المصابة
- عدم القدرة على تحريك المنطقة المصابة بشكلٍ طبيعيّ أو بدون ألم
- ألم

5 **إذا احتاجت الإصابة إلى سند إضافيّ** يمكنك «تجبير» العضو المصاب بتثبيته بعضو مجاور غير مصاب؛ مثل ربْط الإصبع المصابة بالإصبع المجاورة لها. اسندي إصابة الذراع بوشاح تعليق (انظري الصفحة المقابلة) وقدّمي سندًا إضافيًّا لإصابة الساق بأن تثبّتي الساق المصابة بالساق الأخرى عند المفاصل. إنّ الأربطة المثلّثة المطويّة طولانيًّا تؤمّن سندًا مفيدًا.

إصابة الذراع أو اليد

إنّ السقوط على يد ممدودة قد يؤذي عظام الترقوة والكتفين، بينما يمكن لضربة مباشرة على الذراع أن تسبّب كسرًا عاديًّا أو من نوع «العود الغضّ». وشاح التعليق طريقة جيّدة لإبقاء طرف الطفل أو مفصله ساكنًا حتّى تصل سيّارة الإسعاف.

تحذير

• إذا لم يستطع الطفل ثني ذراعه فما عليك إلّا أن تمدّديه بصورة مريحة حتّى تصل سيّارة الإسعاف.







1 **امسكي ذراع الطفل المصابة** عبر صدره. مرّري رباطًا مثلّثًا بين ذراعه وصدره بحيث تكون الحافّة الأطول للرباط موازية للجانب المصاب.

2 **ارفعي النصف السفليّ للرباط** فوق الذراع المصابة وخذي طرفه حول مؤخّر عنق الطفل. اربطي الطرف بعقدة على التجويف الذي فوق عظم التّرقوة.

3 **احشري نهايتَي الرباط تحت** العقدة فهذا أكثر راحة. اطوي الرباط عند مرفق الطفل وثبّتيه في مكانه بدبّوس أمان. خذي الطفل إلى المستشفى.

إصابة الساق

أبقي طفلك ساكنًا قدر الإمكان بينما تُستدعى سيّارة الإسعاف. لا تأخذيه إلى المستشفى بنفسك – فهو بحاجة إلى نقّالة. قد يصاب الطفل بصدمة (ص 30) خصوصًا إذا كُسر عظم الفخذ.

اسندي المفاصل

أجلسي طفلك أو مدّديه وشجّعيه على البقاء ساكنًا. امسكي المفاصل فوق المنطقة المصابة وتحتها لمنع أيّة حركة. اسندي ساقه بالوسادات أو الحرامات واستدعي سيّارة الإسعاف.



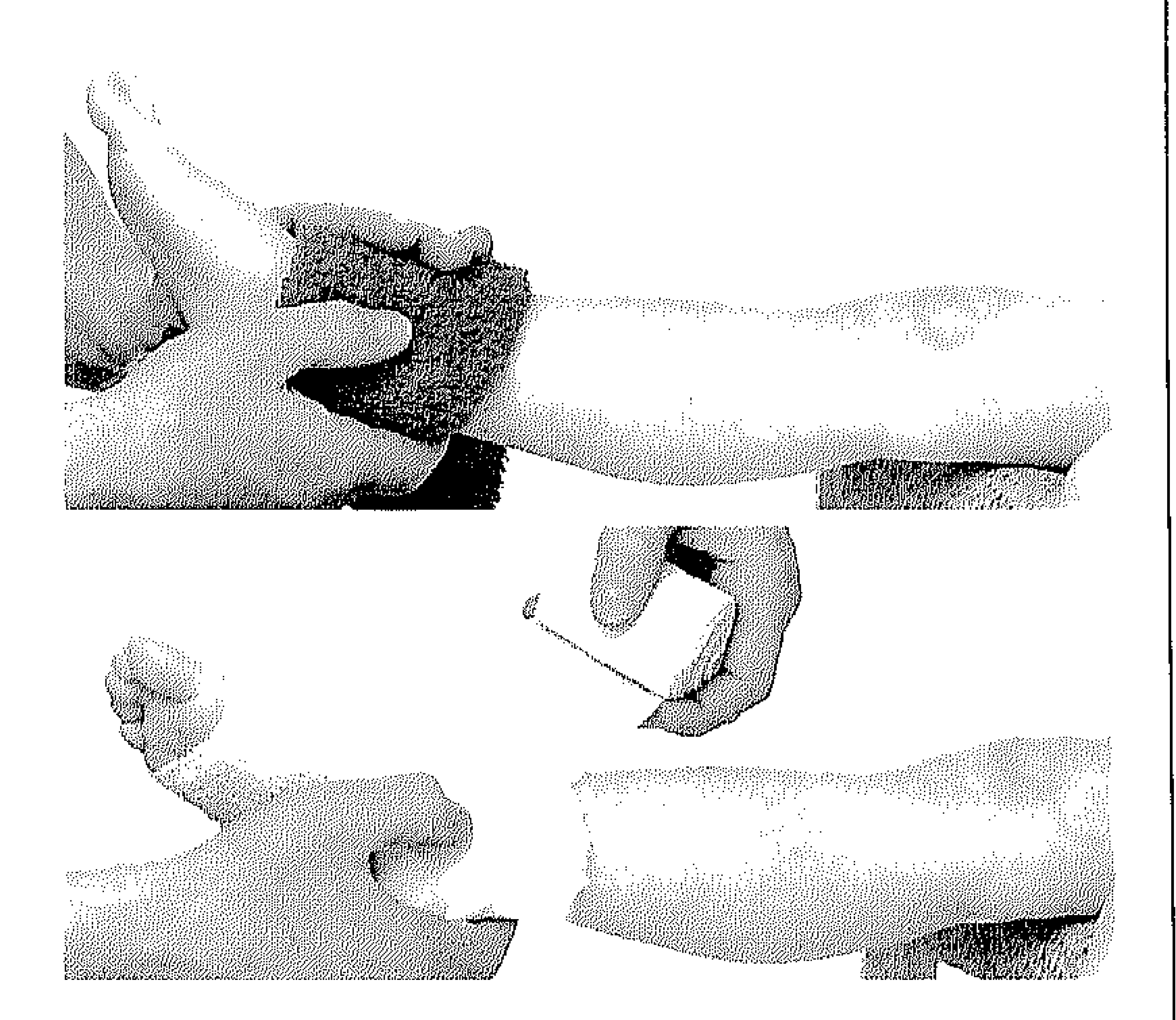
الالتواءات المفصليّة والانشدادات العضليّة

الالتواء هو تمزّق البِنى الشريطيّة القويّة التي تسمّى الأربطة والتي تدعم المفصل. وسببه حركة الشدّ أو الفتل الزائد والمفاجئ، وقد يسبّب التورّم والألم والتكدّم. أمّا إذا لم تتمزّق الأربطة بل شُدّت الألياف العضليّة فقط فيكون ذلك انشدادًا عضليًّا. كثيرًا ما يكون من الصعب معرفة طبيعة الإصابة من دون صور شعاعيّة، فإذا شككتِ عالجيها على أنّها كسر (ص 46). وينبغي معالجة الالتواء والانشداد أوّلًا بالخطوات الأربع المتسلسلة المبيَّنة أدناه.



تحذير

- استشيري الطبيب إذا كان الألم شديدًا جدًّا أو كان المفصل أو الطرف المصاب مشوّهًا. فإذا لم يخفّ التورّم بعد 48 ساعة، وكان الطفل لا يستطيع وضع أيّ ثقل على العضو المصاب، خذيه إلى الطبيب.



الراحة: مدّدي طفلك بصورة مريحة واسندي العضو المصاب بحيث يمكنه أن يريحه بشكل أسهل.

الثلج: بزّدي المنطقة المصابة بوضع كيس ثلج أو ضمادة باردة (ص 31) من أجل تسكين الألم، إن وُجِد، وتخفيف التورّم.

الضغط: أحيطي العضو المصاب بسنادات طريّة مثل القطن الطبّيّ وثبّتيها برباط مُحكَم بحيث يؤمّن ضغطًا لطيفًا على الإصابة. افحصي الدوران بعد موضع الرباط.

الرفع: ارفعي العضو المصاب لتخفيف جريان الدم إلى المنطقة، فهذا يساهم في تخفيف التكدّم.

إصابة العمود الفقريّ

إذا شككتِ بأنّ طفلك قد كسر عموده الفقريّ أو عنقه فقد تكون هناك أيضًا أذيّة للنخاع الشوكيّ الحسّاس الذي تحتويه الفقرات. وما لم تكن حياته في خطر فمن الضروريّ ألّا تحرّكيه حتّى وصول سيّارة الإسعاف وألّا تسمحي له بتحريك رأسه. إذا كانت هناك إصابة في النخاع الشوكيّ فإنّ الطفل يشعر بالحُرقة أو بوخز أو حتّى فقْد الإحساس في أطرافه.

إذا كان طفلك واعيًا

1 **استدعي سيّارة الإسعاف** بأسرع ما يمكن أو اطلبي من شخصٍ آخر أن يفعل ذلك بدلًا منك. هدّئي الطفل وطمئنيه وقولي له إنّ عليه البقاء ساكنًا قدر الإمكان.

2 **ضعي يديك على جانبَي رأسه** (لا تغطّي أذنيه). ثبّتيه واسنديه كما تجدينه - لا تحرّكيه ولا تسحبي عنقه.

3 **داومي سَنْدَ رأسه** حتّى وصول سيّارة الإسعاف. واطلبي من شخصٍ آخر، إن أمكن، أن يضع بعض الحرامات أو المناشف الملفوفة حول عنقه وكتفيه للمساعدة في تثبيته وسنده.

4 **إذا كان معك مَن يساعدك** فأضيفي بعض الحرامات والمناشف الأخرى على كلّ جانب من جسم الطفل بينما تستمرّين بالإمساك برأسه.

إذا فقدَ طفلك وعيه



1 **لا تحرّكيه.** ابقي معه واحرصي على أن يكون جسمه وقدماه على خطٍّ مستقيم وأبقيه ثابتًا قدر الإمكان.

2 **افتحي مجرى الهواء** باستخدام عمليّة دفع الفكّ. اركعي خلف رأسه وضَعي يديك على جانبَي وجهه. يجب أن تلمس رؤوس أصابعك زاويتَي فكّه. ارفعي الفكّ بلطف لفتح مجرى الهواء.

3 **تحرّي التنفّس** وكوني مستعدّة لإجراء التنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضيع؛ ص 20 للطفل). إذا كان يتنفّس اسندي رأسه حتّى وصول المساعدة. إذا اضطررتِ لترك طفلك من أجل استدعاء سيّارة الإسعاف ضعيه في وضعيّة الإفاقة قبل أن تذهبي (ص 18-19).

تحذير

- لا تحرّكي الطفل الذي أُصيب عموده الفقريّ ما لم تكن حياته في خطر مباشر.
- إذا كان لا بدّ من تحريكه فأحضري أكبر عدد ممكن من الأشخاص لمساعدتك بحيث تستطيعون رفع الطفل كلّكم معًا، مع إبقاء جسمه على خطٍّ مستقيم قدر الإمكان. لا تثني ولا تفتلي عنق الطفل ولا عموده الفقريّ.
- لا تميلي رأسه لفتح مجرى الهواء، بل ارفعي الفكّ.

درجات الحرارة القصوى

تؤثّر درجات الحرارة والبرودة الشديدة في الرضّع والأطفال بأكثر ممّا تؤثّر في البالغين - فالأجسام الصغيرة تبرد وتسخن بأسرع من الكبيرة. والرضّع غير قادرين على إلباس أنفسهم أو خلع ثيابهم لتنظيم درجة حرارتهم.

الطَّفْح الحراريّ

الطفح الحراريّ هو طفح أحمر باهت في مناطق الجسم التي تكثر فيها الغُدَد العَرَقيّة - أي الوجه والعنق والكتفان، وثنيات الجلد مثل المِرفَقين وأصل الفخذ وخلف الركبتين. كثيرًا ما يصاب الرضّع بالطفح الحراريّ لأنّ غُدَدهم العرقيّة ما زالت تتطوّر وليست فعّالة في ضبط درجة حرارة الجسم.

1 **افحصي أوّلًا ملابس الطفل.** ربّما كان يرتدي ملابس زائدة بالنسبة لحرارة الهواء.

2 **اخلعي ملابس الطفل** وحمّميه في ماء فاتر. جفّفيه بلطف لإزالة معظم الرطوبة واتركي الجلد رطبًا قليلًا. دعي الجلد يجفّ في الهواء - فهذا سيساهم في تبريد الطفل.

3 **إذا لم يختفِ الطفح** بعد 12 ساعة أو كانت لدى الطفل حرارة مرتفعة استدعي الطبيب.

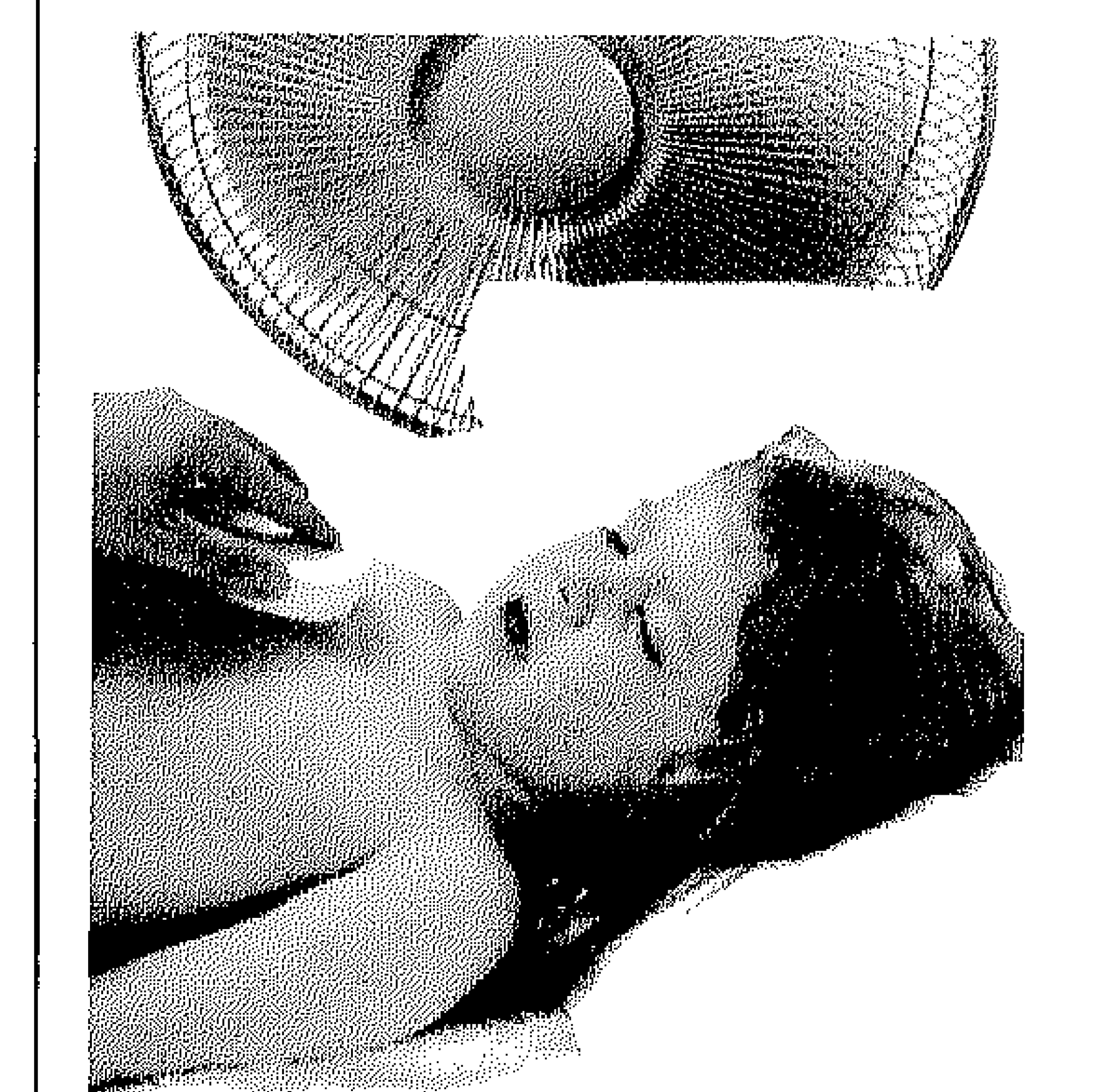
نَهْك الحرارة

قد يحدث نهك الحرارة عندما يفقد الطفل كمّيّة زائدة من السوائل عن طريق التعرّق، أو عندما تزداد حرارة الجسم بسبب الجوّ الحارّ والرطب. ليست هذه الحالة خطيرة في العادة لكن يجب تبريد الطفل بأسرع ما يمكن.

1 **اخلعي ملابس الطفل** ومدّديه في غرفة باردة مهوّاة، مع مروحة إن أمكن.

2 **ضعي شيئًا ما تحت** رأسه وارفعي ساقَيه على بضع وسادات لزيادة إمداد الدماغ بالدم. دعيه يستريح.

3 **إنّ مسح جسم الطفل** بإسفنجة من الماء الفاتر يجعله يشعر براحة أكبر. أعطيه أيضًا رشفات من ماء مالح بارد أضيفي ملعقة صغيرة من الملح إلى لتر من الماء - أو عصيرًا لتعويض السائل الذي فقده.



ضربة الحرّ

عندما يتعرّض الرضيع أو الطفل إلى حرارة قصوى، مثل شمس قويّة، فإنّ آليّات ضبط الحرارة لديه وغدده العَرَقيّة غير الناضجة قد لا تعمل بشكلٍ سليم. بل إنّ ضربة الحرّ قد تكون مُميتة وقد تسبّب نوبات اختلاجيّة (ص 57). إذا ارتفعت حرارة الطفل عن 40°س استدعي سيّارة الإسعاف وبرّديه.

1 **اخلعي أوّلًا ملابس الطفل** واستدعي سيّارة الإسعاف. حمّميه في ماء فاتر. جفّفيه بلطف واتركي الجلد رطبًا قليلًا.

2 **دعي الجلد يجفّ في الهواء** – فهذا سوف يبرّده. لا تدعيه يبرد كثيرًا تجنّبًا لخطر هبوط الحرارة (انظري أدناه).

3 **إذا كان فاقدًا وعيه فافتحي** مجرى الهواء وافحصي التنفّس وكوني مستعدّة لإجراء التنفّس الإسعافيّ (ص 17 للرضيع، ص 20 للطفل).

هبوط الحرارة

في هذه الحالة الخطيرة تهبط حرارة الجسم هبوطًا كبيرًا. وقد تكون مُميتة لأنّ الأعضاء الحيويّة مثل القلب والكبد قد تتباطأ وتتوقّف. قد يصاب الرضيع بهبوط الحرارة بسبب النوم في غرفة باردة، أو تماسّ طويل بالماء البارد، أو من عدم كفاية ملابسه في طقسٍ بارد.

عند الرضيع

1 **استدعي الطبيب فورًا.**

2 **دفّئي الرضيع** تدريجيًّا في غرفة دافئة. لفّيه وضمّيه إلى جسمك الدافئ.



عند الطفل الصغير

1 **أعطي الطفل** حمّامًا دافئًا وليس حارًّا. عندما يصبح لون جلده طبيعيًّا جفّفيه ولفّيه بشكلٍ دافئ.

2 **ألبسيه ثيابًا تؤمّن الدفء** وضَعي قبّعة على رأسه وضَعيه لينام في غرفة دافئة مع بضعة حرامات.

3 **أعطيه شرابًا دافئًا** وليس حارًّا وطعامًا غنيًّا بالطاقة. أجلسيه حتّى تعود حرارته إلى طبيعتها.

4 **إذا لم تعد حرارة الطفل إلى** طبيعتها فخذيه إلى المستشفى بأسرع ما يمكن.

تحذير

- إيّاكِ أن تستخدمي كيس ماءٍ حارّ أو حرارة مباشرة أخرى لعلاج هبوط الحرارة. دفّئي الطفل ببطء بواسطة الحرامات والألبسة.

الأعراض

- قشعريرة
- جلد بارد وشاحب وجافّ
- خمول أو اضطراب
- نَبْض ضعيف
- تنفُّس بطيء وسطحيّ
- تناقص الوعي

تحذير

- إذا فقدَ الطفل وعيه افتحي مجرى الهواء وكوني مستعدّة للبدء بالتنفّس الإسعافيّ. استدعي سيّارة الإسعاف.

التسمّم

تشمل أعراض التسمّم الغثيان والتقيّؤ والإسهال والنعاس غير المعتاد. قد تسبّب السموم القويّة فقدان الوعي أو نوبات اختلاجيّة. فإذا شككتِ بوجود تسمّم حاولي أن تحدّدي المادّة السامّة.

علاج التسمّم

من السموم الشائعة موادّ التنظيف المنزليّة ومبيدات الأعشاب والأدوية ونباتات مثل التوت البرّيّ والسوسن والنَّرجِس البرّيّ والفطور.



إجراءات وقائيّة

- احفظي الأدوية في خزانة مقفلة أو على رفٍّ عالٍ. ارمي الأدوية غير المستخدمة والقديمة.
- أبقي موادّ التطهير والتنظيف في أماكن مقفلة وفي علبها الأصليّة، والتي يفضَّل أن تكون لها أغطية لا يمكن للطفل فتحها. وعندما تستخدمينها أبقيها بعيدة عن متناوله.
- لا تتركي الكحول أو السجائر بمتناوله.
- احرصي على إزالة النباتات السامّة إن وُجِدت واقتلعي جميع أنواع الفطور حالما تظهر.
- احفظي الموادّ الكيميائيّة المستخدمة في الحديقة مثل مبيدات الأعشاب في سقيفة الحديقة، على أن تكون مقفلة.

تحذير

- إنّ كلّ طفل أكل أو شرب مادّة قد تكون سامّة يجب أن يُعرض على طبيب.

1 **حدّدي المادّة التي تناولها الطفل** بأسرع ما يمكن.

2 **استدعي سيّارة الإسعاف** وأخبريهم أكثر ما تستطيعين عمّا تناوله الطفل وعن كمّيّته (خذي العلبة معك إلى جهاز الهاتف إن لَزِم). إذا كان الطفل يتقيّأ فقد يُطلب منك الاحتفاظ بعيّنات من القيء لفريق الإسعاف.

3 **راقبي العلامات الحيويّة لطفلك** – مستوى الوعي والتنفّس والنبض (ص 12) بانتظار المساعدة. وبحسب المادّة التي تناولها الطفل قد تكون هناك حاجة لاتّخاذ إجراءات إضافيّة، انظري الصفحة المقابلة.

4 **إذا فقدَ الطفل وعيه** فافتحي مجرى الهواء وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة لإجراء التنفّس الإسعافي (ص 17 للرضيع، ص 20 للطفل). ابقَي معه واطلبي من شخص آخر أن يستدعي سيّارة الإسعاف بدلًا منك. وإذا كان قد تناول مادّة كيميائيّة سامّة فاحمي نفسك بقناع وجهيّ إذا اضطررتِ لإجراء التنفّس الإسعافيّ.

أنواع محدَّدة من التسمّم

التسمّم بالكحول

1 **حاولي أن تُبقيه يَقِظًا.** تحرَّي المادّة التي شربها وأخبري المسؤول في طاقم الإسعاف.

2 **أبقي وعاءً بالقرب منه** لأنّه قد يتقيأ.

3 **أبقيه دافئًا،** فالكحول يوسّع الأوعية الدمويّة وقد يؤدّي إلى هبوط الحرارة.

4 **إذا فقدَ الطفل وعيه فافتحي** مجرى الهواء وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة لإجراء التنفّس الإسعافيّ (ص 17، 20).

الأعراض

- رائحة كحول في النفَس
- وجه متورّد، تعرُّق
- غثيان وتقيّؤ
- اختلال الوعي: قد يستيقظ الطفل إذا نبّهته ولكنّه يعود فينام بسرعة من جديد

ابتلاع الموادّ الكيميائيّة

1 **امسحي الموادّ الكيميائيّة عن** فمه إن وُجِدت.

2 **خذي علبة** المادّة الكيميائيّة لإعطائها للطبيب في المستشفى.

3 **إذا فقدَ الطفل وعيه** افتحي مجرى الهواء وافحصي تنفّسه وكوني مستعدّة لإجراء التنفّس الإسعافيّ (ص 17، 20). استخدمي قناعًا على فمه وأنفه (للرضيع) أو على فمه (للطفل) لحماية نفسك من المادّة الكيميائيّة.

الأعراض

- ألم أو شعور بالحُرقة في المريء
- حروق أو نفطات حول الفم

التسمّم بالنباتات

1 **افحصي داخل الفم** وشجّعي الطفل على بصق قطع الأوراق أو الثمار إذا بقيت في فمه.

2 **احتفظي بعيّنة** من النبات (الأوراق أو الثمار) لإعطائها للطبيب.

3 **أبقي وعاءً** بقربه لأنّه قد يتقيأ.

4 **راقبي علاماته الحيويّة** (ص 12) وأيّ تغيُّرات قد تطرأ.

الأعراض

- ألم بطنيّ
- غثيان وتقيّؤ ثمّ إسهال فيما بعد

التسمّم بالأدوية

1 **اطلبي من طفلك أن يبصق الأقراص** إذا كانت في فمه، وانظري داخل الفم بنفسك أيضًا واسحبي أيّ شيء يمكنك رؤيته بوضوح. خذي الطفل إلى المستشفى بأسرع ما يمكن. إنّ ابتلاع بعض الأدوية مثل الپاراسيتامول قد يؤدّي إلى أذيّة دائمة.

2 **راقبي العلامات الحيويّة للطفل** (ص 12) وترقّبي بالأخصّ أيّ تراجع في حالته أثناء انتظار المساعدة.

الأعراض

- غثيان وتقيّؤ، ثمّ إسهال فيما بعد
- ألم بطنيّ
- نُعاس وربّما فقدان الوعي
- سلوك مهتاج مفرط النشاط

المرض والمشاكل الطبّيّة

يمرض كلّ رضيع أو طفل تقريبًا في مرحلةٍ ما. وأكثرهم لا يصابون إلّا بتوعّكات بسيطة مثل ألم نُبوت الأسنان أو طَفْح الحفاض. الإسهال والتقيّؤ علامتان شائعتان على عدوى في البطن لكن إذا استمرّ أيّ منهما فيجب أن تستشيري طبيبك. إنّ الأمراض الأخرى المبيَّنة في هذا القسم قد تكون خطيرة جدًّا - ويجب عليك بالأخصّ أن تتعرّفي جيّدًا على أعراض التهاب السحايا (ص 56).

الحمّى

الحمّى هي درجة حرارة 37,7°س أو أكثر. والسبب المعتاد هو العدوى، لكن إذا كان الطفل مصابًا بصداع شديد فتحرَّي وجود التهاب السحايا (ص 56). اتّصلي دومًا بالطبيب إذا أُصيب طفل تحت عمر الستّة أشهر بحمّى، أو إذا كانت أعلى من 40°س. فقد يصاب الرضّع والأطفال باختلاجات حراريّة (ص 57) إذا ارتفعت حرارتهم كثيرًا.

الأعراض

علامات الحمّى
- ارتفاع الحرارة
- قد يصاب الطفل بالقشعريرة ويبدو باردًا وشاحبًا

ومع تطوّر الحرارة قد يصاب الطفل بـ:
- تورُّد الجلد وتعرُّقه
- أوجاع في الأطراف والجسم
- صداع





1 **إذا شككتِ بأنّ الطفل** مصاب بحمّى فقيسي حرارته (ص 13). دوّنيها وقيسيها من جديد بعد 20 دقيقة.

2 **ضعي الطفل في السرير** أو مدّديه على الأريكة. لا تغطّيه. أعطيه ماءً أو عصير فواكه مخفَّفًا ليشربه.

3 **ما لم يكن طفلك** تحت عمر الثلاثة أشهر يمكنك أن تعطيه الجرعة الموصى بها من دواء الپاراسيتامول السائل. يجب أن يساعد هذا الأمر في تخفيض الحرارة.

4 **اخلعي ملابس الطفل** واتركي جلده عاريًا. لا تمسحيه بالماء الفاتر إلّا إذا كانت الحرارة عالية للغاية أو كان مصابًا باختلاجٍ حراريّ (ص 57). إذ يعتقد الأطبّاء أنّ الحرارة العالية آليّة واقية لقتل الڤيروسات والجراثيم.

الإسهال

إنّ الإسهال (البِراز الرخو السائل) هو دومًا أمر خطير عند الرضيع لأنّه يحمل خطر التجفاف. كما أنّ الإسهال مع تقيّؤ عند الطفل أمر خطير للسبب نفسه، خصوصًا إذا ترافق بحمّى وتعرُّق.

1 **إذا كان الطفل تحت عمر 12 شهرًا** وكان مصابًا بالإسهال منذ ستّ ساعات مع علامات أخرى على المرض، فاتّصلي بالطبيب فورًا.

2 **إذا كان الطفل أيضًا متألّمًا** حول سُرّته ونحو الجانب الأسفل والأيمن من أصل الفخذ فاتّصلي بالطبيب. قد يكون **التهاب الزائدة.**

3 **إذا كان الطفل مصابًا بمغص بطنيّ شديد** وتقيّؤ مع دم ومُخاط في بِرازه فاتّصلي بالطبيب فورًا. قد يكون هذا **انغماد أمعاء** (أي انسدادها بسبب انغلافها أو تداخلها).

4 **لا تعطي الطفل أيّ طعام أو حليب**، بل اجعليه يشرب بعضًا من محلول الإماهة بشكل متكرّر، ويمكنك شراؤه بشكل مسحوق من الصيدليّات.

5 **قيسي حرارة الطفل** لتعرفي ما إذا كان مصابًا بحمّى وتخبري الطبيب عن درجة الحرارة.

6 **اعتني عناية كبيرة بنظافة الطفل**، مثلًا بعد تغيير الحفاض، لمنع انتشار العدوى إلى بقيّة العائلة.

التقيّؤ

إنّ التقيّؤ الملازم يجب أن يؤخذ دومًا على محمل الجدّ عند الرضيع أو الطفل الصغير لأنّه يحمل خطر الإصابة بالتجفاف.

1 **إذا ظلّ الطفل يتقيّأ** لفترة أكثر من 6 ساعات أو كان تقيّؤه مترافقًا بإسهال أو حمّى أو أعراض أخرى مثل ألم الأذن فاتّصلي بالطبيب في الحال.

2 **دعي طفلك يستريح** بوجود وعاء قربه لكي يتقيّأ فيه إن لَزِم.

3 **أعطيه رشفات صغيرة** من محلول الإماهة.

4 **قيسي حرارته** وأبقيه باردًا بمسح جسمه بإسفنجة ماء فاتر.

5 **متى توقّف التقيّؤ** أعيدي الأطعمة الصلبة ببطء ولا تعطيه إلّا أطعمه خفيفة وبسيطة.

الوقاية من غثيان السفر

يعاني بعض الأطفال الصغار من الغثيان عند السفر لأنّ الحركة تسبّب اضطراب توازن الأعضاء الدقيقة في الأذن. ويتجاوز أكثرهم هذه المشكلة عندما يكبرون.

- لا تهتاجي قبل السفر لأنّ ذلك قد يجعل الطفل أكثر توتّرًا وخوفًا.
- لا تدعي طفلك يسافر ومعدته فارغة أو ملآنة. بل أعطيه وجبة صغيرة وخفيفة قبل المغادرة ولا تدعيه يأكل كثيرًا أثناء الرحلة.
- خذي معك الكثير من السوائل كي لا يصاب الطفل بالتجفاف.
- يمكنك الوقاية من غثيان السفر بإعطاء الطفل دواءً مضادًّا له قبل الرحلة. وتوجد منه أسماء تجاريّة عديدة عند الصيادلة.
- جرّبي وضع شرائط ضغط حول معصم الطفل. فقد تفيد عن طريق تنبيه نقاط الوخز بالإبر.
- إذا كان الطفل يعاني من غثيان السفر بشكل متكرّر استشيري الطبيب.

التهاب السّحايا

السحايا هي الأغشية المغلّفة للدماغ والنُّخاع الشّوكيّ، وقد تلتهب بسبب عدوى ڤيروسيّة أو جرثوميّة. والتهاب السحايا الڤيروسيّ أكثر شيوعًا وليس في العادة بشدّة الالتهاب الجرثوميّ الذي قد يكون مميتًا. ويجب أن تُعالَج كلتا الحالتين كحالة إسعافيّة. وكلّما أُعطيَ العلاج بصورة مُبكرة كلّما تحسّنت فرص الشفاء.

1 إذا شككتِ بأنّ طفلك مصاب بالتهاب السحايا اتّصلي بالطبيب فورًا. ولا تؤخّري ذلك لأنّ الطفل لا يُبدي كلّ الأعراض المذكورة، فقد لا يصاب إلّا ببعضٍ منها.

2 اشرحي لفريق الإسعاف أو للطبيب أنّك تشكّين بوجود التهاب السحايا وأخبريهم عن أعراض الطفل. وعند الضرورة ألِحّي على المساعدة الفوريّة.

3 بانتظار المساعدة الطبّيّة حاولي أن تهدّئي الطفل وتمسحي وجهه بإسفنجة لكي يظلّ مرتاحًا.

تحذير

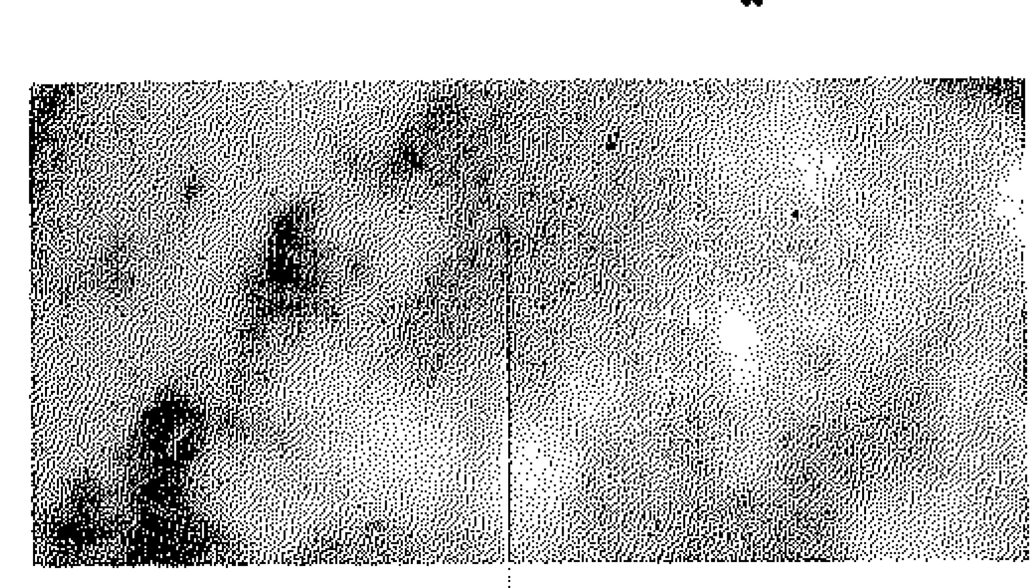
- إذا وجدتِ أيًّا من الأعراض المذكورة أدناه اتّصلي بالطبيب على الفور. قد يصاب الطفل أيضًا بحمّى ونعاس وغثيان. وقد يرفض الطفل الرضيع تناول طعامه ويبكي بصوت عالي الطبقة (حادّ).

الأعراض

- حمّى عالية
- صداع وحساسية للضوء الساطع
- تيبُّس العنق – فلا يحبّ الطفل سحب رأسه إلى الأمام عندما يكون مستلقيًا على ظهره
- طفح لا يزول عندما تضغطين كأسًا زجاجيّة عليه
- عند الطفل الذي يقلّ عمره عن 18 شهرًا قد تبرز اليوافيخ قليلًا

كيف تميّزين طَفْح التهاب السحايا

لفحص طفح تشكّين بأنّه علامة على التهاب السحايا، اضغطي عليه كأسًا زجاجيّة شفّافة، إذا بقيَ الطفح مرئيًّا عبر الزجاج اتّصلي بالطبيب على الفور.



الطّفح على جلد قاتم

الطّفح على جلد فاتح

الاختلاجات

إنّ أكثر أسباب الاختلاجات شيوعًا عند الأطفال الصغار هي الحمّى العالية (وتُعرف هذه بالاختلاجات الحراريّة) والصَّرْع وإصابة الرأس والتسمّم. وتحدث الاختلاجات عادةً في مناسبات منفصلة، أمّا الأطفال المصابون بالصرع فتحدث لديهم نوبات متكرّرة.



1 **إذا كان الطفل يقوم بحركات عنيفة** فأبعدي عنه قطع الأثاث والأشياء الأخرى التي قد يرتطم بها. ضعي مِخدّات أو سنادات طريّة أخرى حول الطفل لحمايته من الأذيّة.



2 **اخلعي ملابسه** واحرصي على أن يحصل على قدرٍ كبيرٍ من الهواء النقيّ. لا تدعيه يزداد برودة. إذا أُصيب الرضيع باختلاج وكان جسمه حارًّا جدًّا فامسحيه بإسفنجة مبلولة بالماء الفاتر.

تحذير

- لا تحاولي أن تمسكي بالطفل أثناء إصابته بالاختلاج ولا تحاولي أن تضعي أيّ شيء في فمه.

الأعراض

الاختلاجات الحراريّة

- قد يكون الطفل متورّدًا ومتعرّقًا ويكون جبينه حارًّا جدًّا
- قد يشدّ قبضتيه وييبّس ظهره ويقوّسه
- قد تنقلب العينان نحو الأعلى أو تتثبّتان أو تحوّلان
- قد يحبس نفَسه فيبدو وجهه مزرقًّا

الاختلاجات الصَّرْعيّة

- فقدان الوعي
- إطباق الأسنان بشدّة
- تيبُّس تتلوه نفضات منتظمة في الأطراف
- تبوُّل لاإراديّ
- زَبَد في الفم (رغوة)
- قد يتوقّف التنفّس
- قد يتلو النوبة نوم عميق

3 **عندما تنتهي النوبة** ضعي الطفل في وضعيّة الإفاقة (ص 18-19). إذا ارتفعت حرارته برّديه من جديد. وإذا فقدَ وعيه قيّمي حالته وكوني مستعدّة للإنعاش (ص 18 للرضيع، ص 21 للطفل). استدعي سيّارة الإسعاف فورًا.

مَغْص الثلاثة أشهر



ليس المغص إلّا نوبة من البكاء تحدث عادةً في المساء الباكر فيصبح وجه الطفل أحمر جدًّا ويسحب كلتا ساقيه إلى بطنه وكأنّه متألّم. والسبب مجهول، ولكنّ المغص شائع إلى حدّ أنّ الأطبّاء يعتبرونه أمرًا طبيعيًّا. وليس سببه الريح، كما أنّ الطفل لا يتألّم.

1 **هدّئي طفلك** بأيّة طريقة تنجح في الحالات الأخرى - هزّيه أو سيري به في العربة أو احمليه في حمّالة أو مدّديه على حضنك. وقد يفيد الحمّام الدافئ أيضًا في تهدئة الطفل الممغوص.

2 **ابقَي هادئة** قدر الإمكان وحاولي ألّا تقلقي. قد تستمرّ كلّ نوبة من ساعة إلى ساعة ونصف. ويتوقّف المغص عادةً بحلول عمر الثلاثة أشهر.

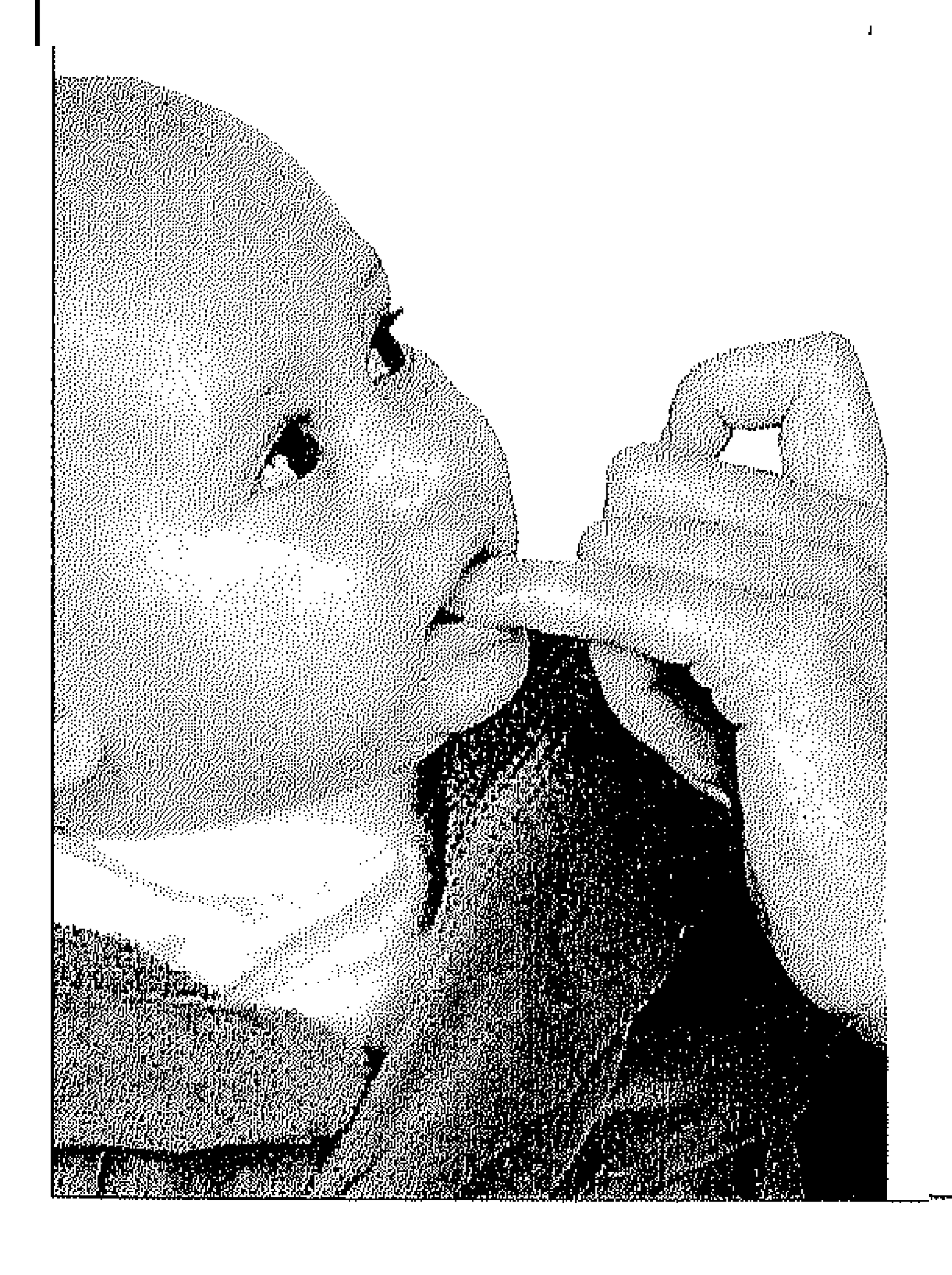
ألم نُبوت الأسنان

يبدأ نبوت الأسنان عادةً في حوالي عمر الستّة أو السبعة أشهر، وتظهر أكثر الأسنان قبل عمر 18 شهرًا. عندما تكون السنّ في طور النبوت فإنّك تشعرين بكتلة قاسية أو حادّة على لِثّة الطفل وتنتفخ المنطقة وتحمرّ. لا تشمل أعراض نبوت الأسنان الحمّى والتهاب القصبات والتقيّؤ والإسهال وفقدان الشهيّة. إذا وُجِدت هذه الأعراض فهي تدلّ على مرضٍ آخر وليس على نبوت الأسنان.

الأعراض

- لُعاب زائد وترييل
- الرغبة في عضّ أشياء صلبة
- تهيُّج الطفل والتمسّك بما حوله
- يجد الطفل صعوبة في النوم
- انتفاخ منطقة السنّ التي في طور النبوت، واحمرارها

1 **أرضعي الطفل** بشكلٍ متكرّر لتهدئته. جرّبي أن تعطيه حلقة خاصّة بنبوت الأسنان مبرَّدة (وليست مجمَّدة) ليعضّ عليها أو قطعة من التفّاح أو الجزر. إيّاكِ أن تتركي الطفل مع قطعة من الطعام خشية أن يختنق بها.



2 **افركي اللِّثّة المنتفخة** بإصبعك لتهدئتها. حاولي تجنّب هُلام نبوت الأسنان الذي يحوي موادّ تخدير موضعيّة لأنّها لا تملك إلّا تأثيرًا مؤقّتًا وقد تسبّب أرَجيّة في بعض الأحيان. لا تستخدمي موادّ مسكّنة إلّا بناءً على نصيحة الطبيب.

3 **إذا رفض طفلك الطعام** فشجّعيه على الأكل بتقديم أطعمة باردة وطريّة مثل اللبن الرائب والمثلّجات وحلوى الهُلام، فهذه تهدّئ اللِّثّة الملتهبة.

طَفْح الحفاض

طفح الحفاض هو حالة تُصيب المنطقة المغطّاة بحفاض الطفل. ومن أسبابها الشائعة عدم تغيير الحفاض مرّات كافية بحيث تؤثّر جراثيم البِراز في البول وتُطلق مادّة الأمونيا المهيِّجة.

1 **إذا لاحظت أيّ احمرار على مؤخّرة طفلك** فاغسليها بالماء الدافئ وجفّفيها جيّدًا. ضعي كريمًا واقيًا كثيفًا لمنع البول من تهييج الجلد.

2 **غيّري الحفاضات واغسلي** مؤخّرة الطفل بصورة متكرّرة، على الأقلّ كلّ 2–3 ساعات وبعد التبرّز. اتركيه بلا حفاض كلّما كان ذلك ممكنًا.

3 **لا تستخدمي مسحوق الطَّلْق** حول الأعضاء التناسليّة للطفل لأنّه يتكتّل عندما يكون رطبًا وقد يهيّج الجلد.

الأعراض

- احمرار في منطقة الحفاض
- احمرار يبدأ حول الأعضاء التناسليّة ويترافق برائحة أمونيا قويّة
- جلد ورقيّ مشدود ذو بقع ملتهبة فيها مراكز مملوءة بالقَيح
- احمرار يبدأ حول الشَّرَج وينتقل إلى الإليتين ثمّ إلى الفخذين

4 **افحصي باطن فم الطفل.** فإذا لاحظت بقعًا بيضاء حاولي أن تمسحيها بمنديل نظيف. وإذا تركت بقعًا مسلوخة حمراء فقد يكون الطفل مصابًا بالقُلاع (بالسُّلاق) الفمويّ، الذي قد يسبّب طفح الحفاض.

5 **استشيري الطبيب** إذا كان الطفل مصابًا بقُلاع فمويّ أو لم يزُل طفح الحفاض خلال يومين أو ثلاثة.

ألم الأذن

قد يكون لألم الأذن عدد من الأسباب، أكثرها شيوعًا هو العدوى في الأذن الوسطى. وقد يكون سبب الشعور بالألم في الأذن أيضًا هو ألم الأسنان أو التهاب اللوزتين أو النُّكاف أو وجود جسم غريب في القناة الخارجيّة للأذن (ص 44).

1 **اتّصلي بالطبيب** حالًا إذا كان الطفل صغيرًا جدًّا ولا يستطيع أن يُخبرك عمّا إذا كان متألّمًا، ولكنّه يبكي ومتوعّك بشكلٍ عامّ أو يفرك إحدى أذنيه. قد يحتاج إلى مضادّات حيويّة.

2 **قيسي حرارة الطفل** تحسّبًا لوجود حمّى وتحرّي وجود إفرازات من الأذن.

3 **استشيري الطبيب** فورًا إذا كانت هناك حمّى و/أو إفرازات.

4 **أريحي الطفل.** ضعي كيسًا من الماء الساخن مغطّى بمنشفة بقرب أذنه لتخفيف الألم.

5 **إذا لم يهدأ الألم** فاتّصلي بالطبيب.

الأعراض

- ألم حول الأذن
- حمّى أعلى من 38°س
- إفرازات قَيحيّة من الأذن
- صَمَم
- التهاب اللَّوزتين
- ألم عند لمس الأذن
- تورُّم الغُدد
- الطفل الصغير قد يفرك أذنه ويشدّها

الأمان في البيت وحوله

إنّ أكثر الحوادث التي تصيب الأطفال الصغار تكون في البيت، والكثير من أغراض البيت خطيرة على الأطفال. اجعلي بيتك وحديقتك آمنين للأطفال قبل أن يتعلّم طفلك الزحف والتنقّل – ولا تنتظري حتّى يكاد يسقط على الدرج أو يلتقط شريطًا كهربائيًّا سائبًا كي تتّخذي الإجراءات اللّازمة.

قواعد أمان عامّة

افحصي منزلك جيّدًا وتحرّي فيه الأخطار التالية. اجعلي البيت آمنًا قدر الإمكان.



ثبّتي أبواب أمان لجميع الأدراج بحيث لا يستطيع الطفل صعودها لوحده.

- **تجنّبي وجود أسلاك** أو سجّادات أو بسط سائبة.
- **أبقي جميع مآخذ الكهرباء مغطّاة** بأغطية پلاستيكيّة أو ضعي قطع أثاث ثقيلة أمامها.
- **ثبّتي أقفالًا لجميع النوافذ.**
- **ثبّتي للخزانات والدروج أقفالًا لا يستطيع الأطفال فتحها.**
- **احرصي على أن يعلم طفلك** منذ سنّ مُبكرة أنّ الأشياء الحارّة مثل النار والفرن خطيرة وأنّه لا يجوز له الاقتراب منها.
- **أبقي أعواد الثقاب والقدّاحات بعيدًا عن متناوله** وثبّتي كاشف دخان في كلّ طابق من بيتك.
- **ركّبي أبواب أمان عند قمّة كلّ درج وأسفله.** يجب أن يفتح الباب العلويّ للدرج على أرض منبسطة وألّا تكون له قضبان أفقيّة قد يتسلّقها الطفل.
- **أبقي جميع الأدوية ومواد التنظيف والموادّ السامّة بعيدًا عن متناوله** تمامًا في خزانة مقفلة. فحتّى أقراص الڤيتامينات خطيرة. إيّاكِ أن تقولي للطفل إنّ الأدوية هي قطع من الحلوى.
- **اشتري الأدوية والموادّ السامّة** مع غطاء لا يمكن للطفل فتحه كلّما أمكنك ذلك وأبقيها دومًا في عُلَبها الأصليّة.
- **لا تتركي أغراضًا حادّة أو ثقيلة أو حارّة على طاولات منخفضة** أو بمتناول الطفل.
- **ركّبي حواجز لجميع المدافئ وللفرن.** وجّهي مسكات أواني الطبخ دومًا نحو مؤخّر سطح الفرن.
- **ركّبي أطرافًا واقية** على زوايا قطع الأثاث الحادّة ومسكات الأبواب.
- **أزيلي الأغراض المغطّاة بالزجاج** أو ثبّتي عليها غشاء أمان.
- **أبقي غطاء المرحاض مغلقًا.**
- **تجنّبي نباتات المنزل السامّة.**
- **توقّفي عن استخدام أغطية المائدة**، فقد يشدّها الطفل على نفسه بما عليها.

الأمان وقت الحمّام



- **عندما تحضّرين حمّام الطفل** أضيفي الماء الحارّ إلى البارد، وإيّاكِ أن تفعلي العكس.
- **استخدمي حُصُرًا ضدّ الانزلاق في الحمّام.**
- **افحصي دومًا حرارة الماء قبل أن تضعي طفلك فيه.** فحتّى الأطفال الأكبر سنًّا يحتاجون إلى ماءٍ أقلّ حرارةً بكثيرٍ ممّا يحتاج إليه معظم البالغين.
- **أغلقي الصنابير بإحكام** قبل أن تضعي الطفل في حوض الاستحمام وغطّيها بقطعة قماش كي لا يحرق أو يؤذي نفسه.
- **لا تدعي طفلك يقف** أو يقفز في الماء دون أن يكون مسنودًا.
- **إيّاكِ أن تتركي الطفل وحيدًا** في الحمّام.

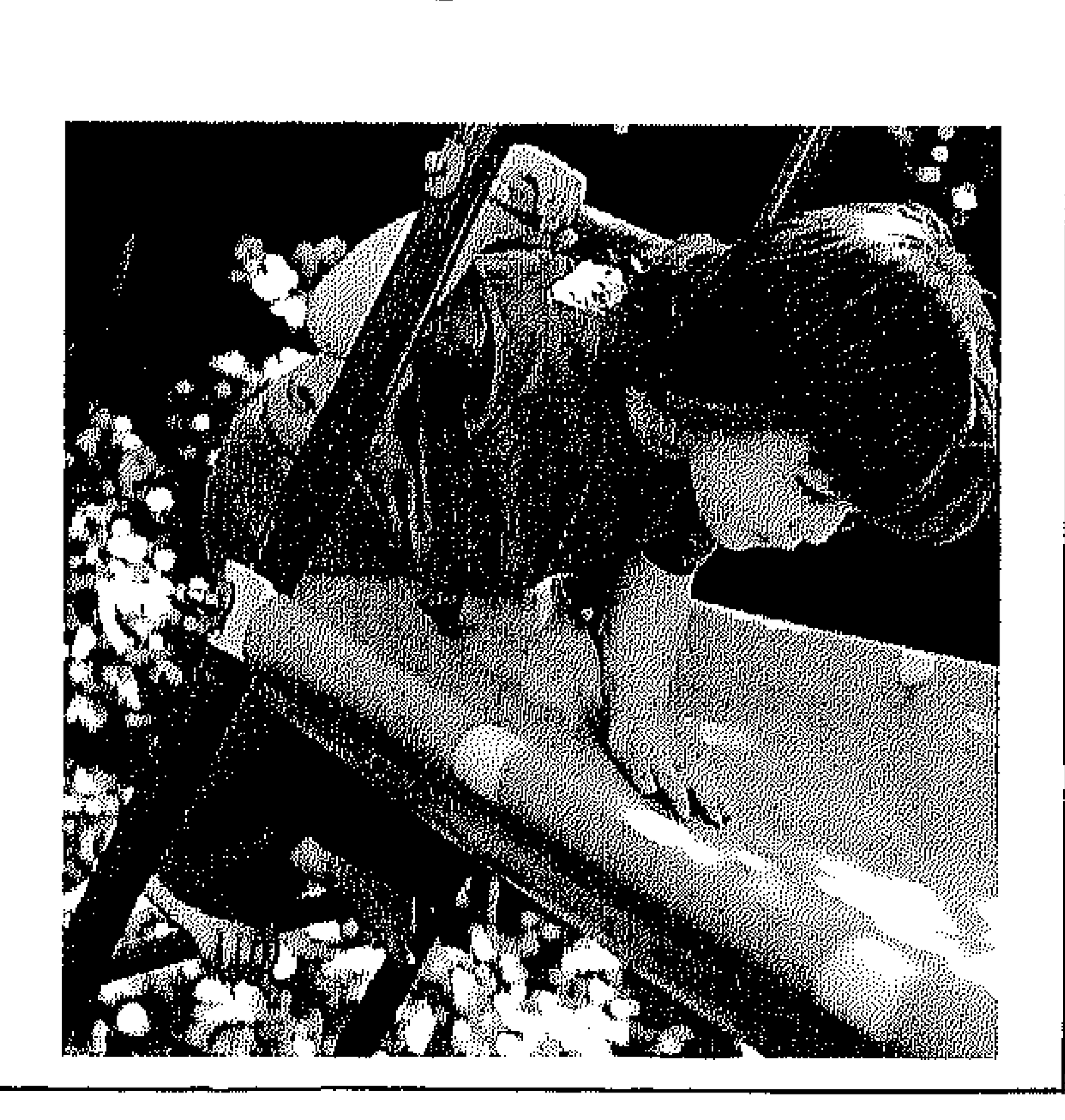
الأمان وقت النوم

- **إيّاكِ أن تتركي الطفل** إذا كان حاجز السرير منزّلًا.
- **إيّاكِ أن تتركي الطفل** وحده على طاولة تغيير الحفاض ولو للحظة واحدة.
- **لا تستخدمي مِخدّة** في سرير الطفل إلى أن يبلغ عمر السنة.
- **لا تتركي نارًا مشتعلة من مصدر غازيّ أو كهربائيّ** في غرفة الطفل عندما يكون وحده.

ضعي الطفل وقدماه عند قدم السرير لمنعه من الانزلاق تحت الأغطية.



الأمان خارج البيت



- **أزيلي النباتات السامّة إن وُجِدت** واقتلعي جميع الفطور.
- **احفظي أدوات الحديقة** وموادّها الكيميائيّة في سقيفة الحديقة، مقفلةً.
- **تأكّدي بشكل منتظم** من أنّ الأشياء التي يلعب بها الطفل آمنة.
- **ضعي لُعَب التسلّق على العشب** وليس على أرض مبلّطة.
- **تأكّدي من أنّ طفلك لا يستطيع الجري خارج الحديقة إلى الطريق.** ركّبي للبوّابات أقفالًا لا يستطيع الطفل أن يفتحها.
- **ركّبي حواجز للبِرَك وأحواض السباحة وغطّيها.**
- **لا تسمحي للحيوانات الأليفة بالتبرّز** في الحديقة.
- **غطّي أحواض اللّعِب الرمليّة** لمنع الحيوانات من تلويثها.

مسرد (كشّاف)

أرقام الإسعاف

عندما تحدث حالة إسعافيّة مستعجلة اتّصلي برقم الاستعلامات واطلبي الشرطة أو الإسعاف أو الإطفاء.
من المفيد أن تدوّني هنا رقم هاتف طبيبك ورقم أقرب قسم للحوادث والإسعاف.

الطبيب:

رقم قسم الحوادث والإسعاف:

دورات الإسعاف الأوّليّ

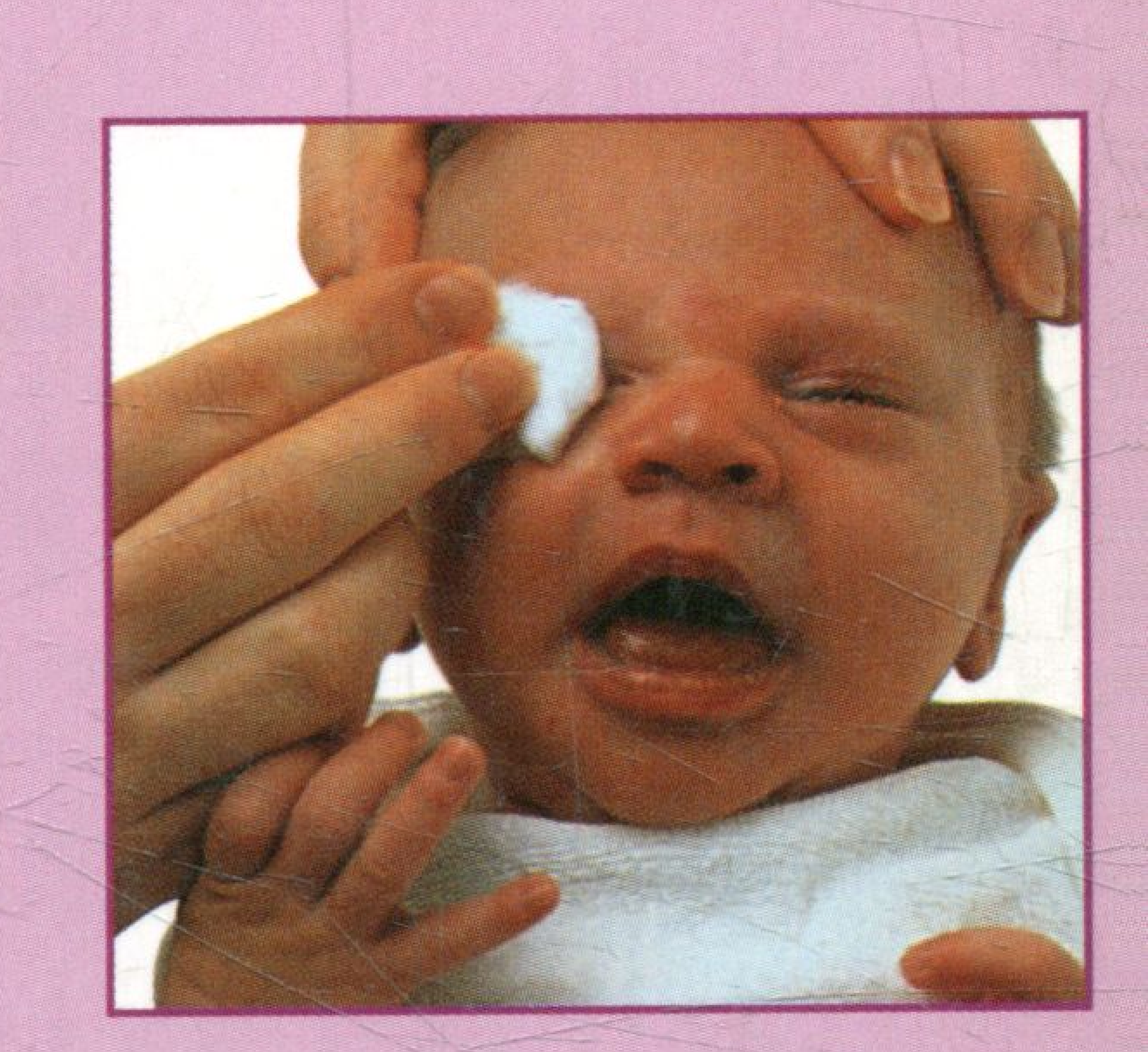
كثيرًا ما تقدّم منظّمة الهلال أو الصليب الأحمر أو غيرها دورات تدريبيّة على الإسعاف، فيمكنك الاتّصال بها للاستعلام عن هذا الموضوع*:

- الأردن: هـ 773141/773142/773687 (64) (962)
E-Mail: jrc@index.com.jo
- الإمارات العربيّة المتّحدة: 00 90 641 (712) (9)
E-Mail:HILALRC@EMIRATES.NET.AE
- البحرين: هـ 293171 (973)
www.batelco.com.bh/brcs/
- تونس: 325572/320630 (71) (216)
E-Mail: hilal.ahmar@planet.tn
- الجزائر: هـ 633956 (21) (213)
www.cra-dz.org
- السعودية: 4740027 (1) (966)
E-Mail: redcrescent@zajil.nct
- سورية: 4441366 ;4429662 (11) (963)
E-Mail: SARC@net.sy
- العراق: هـ 8862191 (1) (964)
- فلسطين: 2406515/16/17 (2) (972)
E-Mail: info@palestinercs.org
www.Palestinercs.org
- قطر: 4435111 (00974)
E-Mail: info@qrcs.net
www.qrcs.net
- الكويت: /4818085 /4814793 /4815478 (965) 4818086
E-Mail: Krcs@kuwait.net
- لبنان (الصليب الأحمر): 372802/3/4 (1) (961)
E-Mail: Irc-comm@dm.net.lb
ليبيا: 9095152 /9095202 (61) (218)
E-Mail: Libyan redcrescent@libyamail.net
- مصر: هـ 6703979/81/83/85 (2) (20)
E-Mail: erc@brainyl.ie-eg.com
- المغرب: 722656 /650898 (37) (212)
E-Mail: crm@iam.net.ma
- اليمن: 283133 /283132 (1) (967)

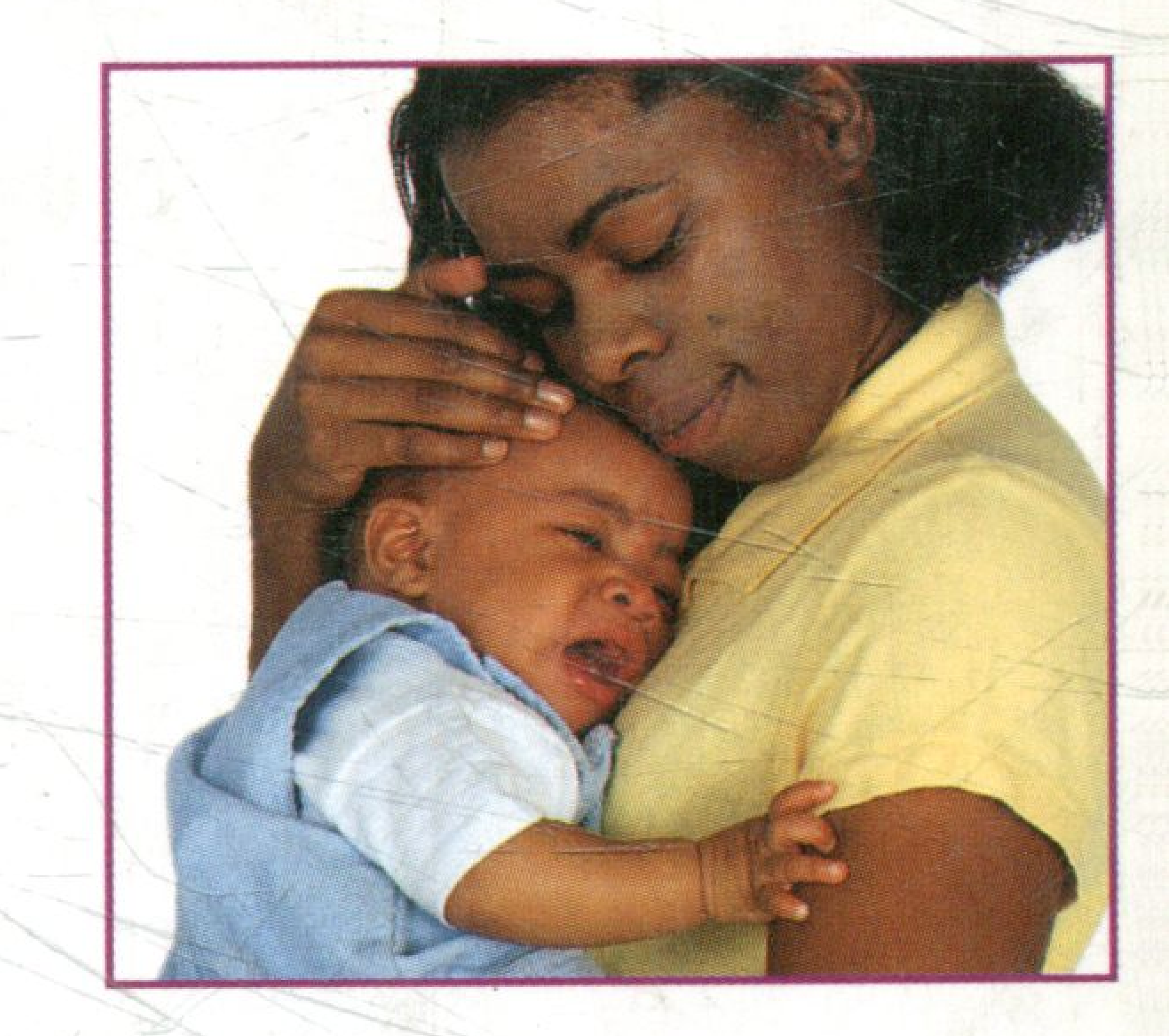
* العناوين هي ما كان قائمًا عند إعداد هذا الكتاب.



الإسعافُ الأوَّليّ
لِلأطفال

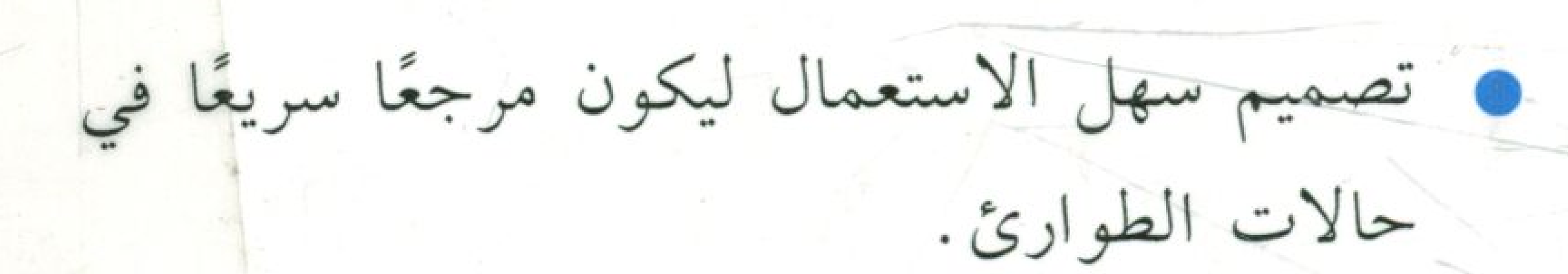


- ماذا يجب أن تفعلي إذا كان الطفل يختنق؟
- ماذا يجب أن تفعلي إذا كان طفلك فاقدًا وعيه؟
- متى يكون من الآمن أن تعالجي الإصابة في البيت ومتى يجب أن تقابلي الطبيب أو تستدعي سيّارة الإسعاف؟

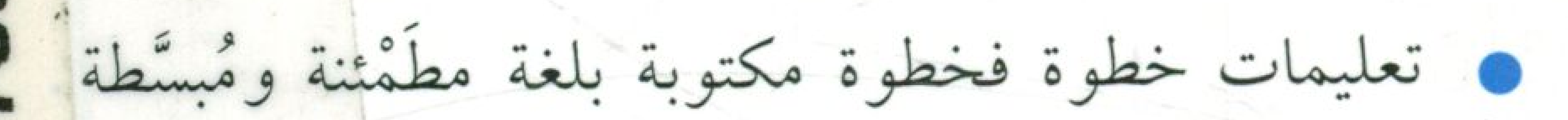




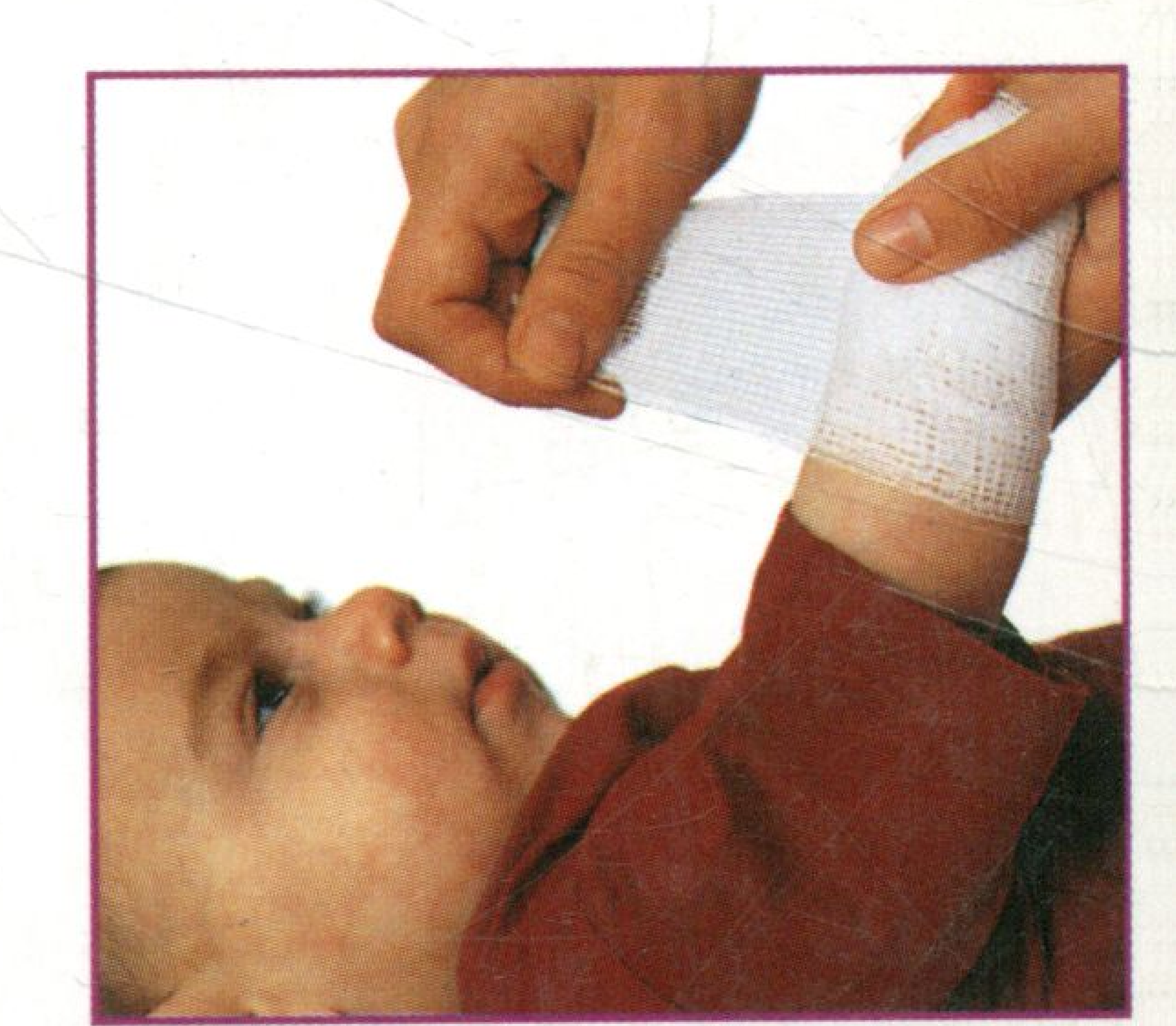
- دليل شامل ومحدَّث للإسعاف الأوّليّ مصمَّم خصّيصًا للرضّع والأطفال.



- تصميم سهل الاستعمال ليكون مرجعًا سريعًا في حالات الطوارئ.



- تعليمات خطوة فخطوة مكتوبة بلغة مطَمْئنة ومُبسَّطة
- مزوَّد بأكمله بصور واضحة مُلوَّنة.





ISBN 9953-86-302-4
9789953863023
BABY FIRST AID
(ARABIC BUTTERFLY BOOKS)

مكتبة لبنان ناشرون
راجع موقعنا على الإنترنت: www.ldlp.com